

池袋店【11月1日～11月8日スケジュール】

2023年 11月 6日更新

	11月 1日(水)	11月 2日(木)	11月 3日(金)	11月 4日(土)	11月 5日(日)	11月 6日(月)	11月 7日(火)	11月 8日(水)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 フェイスアップヨガ 笑喜		10:30～11:30 全身ととのう 褒たまんまヨガ 石川	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 萩原	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 萩原			
12:00	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 笑喜		12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 石川	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 笑喜	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 石川			
13:00								
14:00			14:00～15:00 ココカラダリセットヨガ 石川(美)	14:00～15:00 スタンダード60 萩原	14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 萩原			
15:00								
16:00			15:45～16:45 スタンダード60 萩原	15:45～16:45 ボールでゆがみとりヨガ 笑喜	15:45～16:45 もも戻ヨガティス 石川			
17:00								
18:00	17:30～18:30 ホットピラティス 石川	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 笑喜	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 石川(美)	17:30～18:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)笑喜				
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 萩原	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 石川						
20:00								
21:00	21:00～22:00 腫トレ ビューティーヨガ 石川	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 石川						
22:00								

定休日

全店研修

全店研修

池袋店【11月9日～11月15日スケジュール】

	11月 9日(木)	11月 10日(金)	11月 11日(土)	11月 12日(日)	11月 13日(月)	11月 14日(火)	11月 15日(水)
9:00							
10:00							
11:00		10:30～11:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)石川(美)	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 笑喜	10:30～11:30 ホットピラティス 石川		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 石川(美)	10:30～11:30 スタンダード60 萩原
12:00		12:15～13:15 ココカラダリセットヨガ 石川(美)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 萩原	12:15～13:15 エアロピヨガ 石川		12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 石川(美)	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 萩原
13:00							
14:00		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 萩原	14:00～15:00 フェイスアップヨガ 石川	14:00～15:00 スタンダード60 笑喜		14:30～15:30 免疫セラピーヨガ 萩原	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 笑喜
15:00							
16:00			15:45～16:45 もも戻ヨガティス 石川	15:45～16:45 ボールでゆがみとりヨガ 笑喜			
17:00							
18:00	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 萩原	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 笑喜	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 萩原			17:30～18:30 背中美人ヨガ 小玉	
19:00	19:15～20:15 全身ととのう 褒たまんまヨガ 石川	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 笑喜				19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 石川	19:15～20:15 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)石川(美)
20:00							
21:00	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 萩原	21:00～22:00 スタンダード60 萩原				21:00～22:00 肩こりリラックスヨガ 小玉	21:00～22:00 ココカラダリセットヨガ 石川(美)
22:00							

定休日

【お問い合わせコールセンター】 0570-666-969 営業時間 9:00～18:00 ※受付時間以外にはインターネットからのご予約をご利用下さい(24時間受付)

◆クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。

◆キャンセル待ちをされる場合は、【キャンセル待ち期限】の設定をお願い致します。

◆当日にキャンセルをされる場合はレッスン開始の一時間前まではインターネット及びコールセンターにてキャンセルをお受け致します。

◆レッスン開始時刻一時間前を過ぎてからのキャンセルは時間外キャンセルとなります。

◆無断欠席された場合も、時間外キャンセルとなります。時間外キャンセルが月に二回以上で、翌月の予約可能回数が一回ずつに制限されます。

※キャンセル料は発生致しませんが時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承下さい。

レッスンのWEB予約はこちらから♪



池袋店【11月16日～11月23日スケジュール】

	11月 16日(木)	11月 17日(金)	11月 18日(土)	11月 19日(日)	11月 20日(月)	11月 21日(火)	11月 22日(水)	11月 23日(木)	
9:00					定 休 日				
10:00		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 石川(美)	10:30～11:30 フェイスアップヨガ 笑喜	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 石川			10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 石川(美)	10:30～11:30 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)石川(美)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 萩原
11:00									
12:00		12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 石川(美)	12:15～13:15 全身とどのう 寝たまんまヨガ 石川	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 笑喜			12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 石川(美)	12:15～13:15 スタンダード60 萩原	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 石川
13:00									
14:00		14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の胸骨中Edition 笑喜	14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 萩原	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 石川			14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 萩原	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 石川(美)	14:00～15:00 スタンダード60 萩原
15:00									
16:00			15:45～16:45 スタンダード60 笑喜	15:45～16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 笑喜					15:45～16:45 エアロビヨガ 石川
17:00									
18:00	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 笑喜	17:30～18:30 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)笑喜	17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 石川				17:30～18:30 スタンダード60 萩原		17:30～18:30 ボールでゆがみとりヨガ 笑喜
19:00	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 石川	19:15～20:15 スタンダード60 萩原					19:15～20:15 腫トレ ビューティーヨガ 石川	19:15～20:15 全身とどのう 寝たまんまヨガ 石川	
20:00									
21:00	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 笑喜	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 萩原					21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 石川	21:00～22:00 ホットピラティス 石川	
22:00									

池袋店【11月24日～11月30日スケジュール】

	11月 24日(金)	11月 25日(土)	11月 26日(日)	11月 27日(月)	11月 28日(火)	11月 29日(水)	11月 30日(木)	
9:00				定 休 日				
10:00						10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 萩原	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の胸骨中Edition 笑喜	
11:00	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 石川(美)	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 萩原	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 石川(美)					
12:00						12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 萩原	12:15～13:15 スタンダード60 未定	
13:00	12:45～13:45 リンパデトックスヨガ 萩原	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 笑喜	12:15～13:15 スタンダード60 未定					
14:00		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 萩原	14:00～15:00 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)石川(美)			14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 石川(美)		
15:00	14:30～15:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 石川(美)							
16:00		15:45～16:45 スタンダード60 未定	15:45～16:45 もも尻ヨガティス 石川					
17:00								
18:00	17:30～18:30 スタンダード60 未定	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の胸骨中Edition 笑喜				17:30～18:30 フェイスアップヨガ 笑喜	17:30～18:30 スタンダード60 未定	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 石川
19:00								
20:00	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 笑喜					19:15～20:15 スタンダード60 未定	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 石川	19:15～20:15 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)笑喜
21:00	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 笑喜					21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 笑喜	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 石川	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 萩原
22:00								