

なんば店【11月1日～11月8日スケジュール】

2023年11月7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 セルトル美脚ヨガ 小柄		10:30～11:30 嘘トレ ピューティヨガ 松山	10:30～11:30 スタンダード60 榎本	10:30～11:30 エアロビヨガ 山崎		10:30～11:30 全身ととのう 妻たまんまヨガ 山崎	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 榎本
12:00	12:15～13:15 はじめてのパワヨガ (会員様限定)山崎			12:15～13:15 スタンダード60 榎本	12:15～13:15 青中美人ヨガ 松山	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 榎本	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 土井	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 山崎
13:00								
14:00	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小柄		14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 松山	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 木村	14:00～15:00 はじめてのパワヨガ (会員様限定)山崎		14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 松山	
15:00								
16:00								
17:00								
18:00								
19:00	18:45～19:45 スタンダード60 榎本		19:15～20:15 ホットピラティス 榎本	17:30～18:30 フェイスアップヨガ 木村	17:30～18:30 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition 松山	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 松山	19:15～20:00 BEAT CORE HIIT 松山	19:15～20:15 スタンダード60 榎本
20:00								
21:00	20:30～22:00 EXパワヨガ (会員様限定) 松山		21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 木村				21:00～22:00 フェイスアップヨガ 木村	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 木村
22:00								

定
休
日

なんば店【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 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 木村	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 榎本	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 木村		10:30～11:30 嘘トレ ピューティヨガ 松山	10:30～11:30 スタンダード60 榎本
12:00							
13:00		12:15～13:15 ダイエトヨガ 山崎	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)松山	12:15～13:15 スタンダード60 榎本		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 木村	12:15～13:15 痙攣する身体をつくる ダイエトヨガ 木村
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00	17:30～18:30 スタンダード60 松山	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 山崎	17:30～18:40 ティープレスヨガ 松山		14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition 松山	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 榎本	
19:00							
20:00	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 山崎	19:15～20:15 エアロビヨガ 松山			19:15～20:15 はじめてのパワヨガ (会員様限定)山崎	19:15～20:15 フェイスアップヨガ 山崎	
21:00	21:00～22:00 青中美人ヨガ 松山	21:00～22:00 嘘トレ ピューティヨガ 松山			21:00～22:00 スタンダード60 榎本	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 松山	
22:00							

定
休
日

【お問い合わせセンター】 0570-666-969 営業時間 9:00～18:00 ※受付時間以外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♪



なんば店【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								
10:00								
11:00		10:30～11:30 スタンダード60 榎本	10:30～11:30 ダイエットヨガ 山崎	10:30～11:30 ポールでゆがみヨガ 松山		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 木村	10:30～12:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 松山	10:30～11:30 フェイスアップヨガ 木村
12:00								
13:00		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 木村	12:15～13:15 スタンダード60 榎本	12:15～13:15 ホットピラティス 榎本		12:15～13:15 エアロヨガ 山崎	12:45～13:45 骨盤矯正ヨガ 木村	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 榎本
14:00		14:00～15:00 ホットピラティス 榎本	14:00～15:00 腸活ヨガ 木村	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 松山		14:00～15:00 フェイスアップヨガ 木村		14:00～15:00 全身とのう 寝たまんまヨガ 山崎
15:00								
16:00				15:45～16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)山崎	15:45～16:45 スタンダード60 榎本			15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 山崎
17:00	17:00～18:00 全身とのう 寝たまんまヨガ 木村		17:30～18:30 フェイスアップヨガ 木村	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 木村		17:30～18:30 スタンダード60 榎本	17:30～18:30 エアロヨガ 松山	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 榎本
18:00								
19:00	18:45～20:15 アドバンス90 (会員様限定) 山崎		19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 松山			19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 山崎	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 木村	
20:00								
21:00	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 木村	21:00～22:00 背中美人ヨガ 松山				21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 榎本	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 榎本	
22:00								

なんば店【11月24日～11月31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							
10:00							
11:00	10:30～11:30 エアロヨガ 山崎	10:30～11:30 スタンダード60 榎本	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 山崎		10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)松山	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 榎本	
12:00							
13:00	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 榎本	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 木村	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 木村		12:15～13:15 背中美人ヨガ 山崎	12:15～13:15 全身とのう 寝たまんまヨガ 山崎	
14:00	14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)山崎	14:00～15:00 全身とのう 寝たまんまヨガ 山崎	14:00～15:30 アドバンス90 (会員様限定) 山崎		14:00～15:10 ディープレスヨガ 松山	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 榎本	
15:00							
16:00		15:45～16:45 フェイスアップヨガ 木村		16:15～17:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 木村			
17:00							
18:00	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 木村	17:30～18:30 背中美人ヨガ 山崎			17:30～18:30 腸活ヨガ 木村	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 山崎	
19:00	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 榎本				19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 松山	19:15～20:15 フェイスアップヨガ 木村	19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)松山
20:00							
21:00	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 木村			21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 木村	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の脚青中Edition 松山	21:00～22:00 スタンダード60 榎本	
22:00							

定
休
日