

## 小山店【11月1日～11月8日スケジュール】

2023年11月9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 背中美人ヨガ 大山		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 本田	10:30～11:30 ホットピラティス 大山	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 原田			
12:00								
12:15	12:15～13:15 腸活ヨガ 大山		12:15～13:15 エアロビヨガ 原田	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 本田	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 大山			
13:00								
14:00			14:00～15:00 スタンダード60 陶山	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 大山				
15:00					14:30～15:30 全身とどのう 寝たまんまヨガ 原田			
16:00			15:45～16:45 もも尻ヨガティス 原田	15:45～16:45 腫トレ ビューティーヨガ 大山	16:15～17:00 Best Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 大山			
17:00								
18:00	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 本田	17:30～18:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)本田	17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 本田	17:30～18:30 スタンダード60 本田				
19:00								
20:00	19:15～20:15 ホットピラティス 原田	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 本田						
21:00	20:50～21:50 ボールでゆがみとりヨガ 原田	20:50～21:50 スタンダード60 陶山						
22:00								

定休日

全店研修

全店研修

## 小山店【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 ココロカラダリセットヨガ 本田	10:30～11:30 スタンダード60 陶山	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 大山		10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 大山	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)大山
12:00							
12:15		12:15～13:15 スタンダード60 本田	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 大山	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 原田		12:15～13:00 Best Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 大山	12:15～13:15 スタンダード60 陶山
13:00							
14:00		14:00～15:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)本田	14:00～15:00 ダイエットヨガ 大山	14:00～15:10 ディープブレスヨガ 大山		14:00～15:00 スタンダード60 陶山	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 大山
15:00							
16:00			15:45～16:45 スタンダード60 陶山	15:45～16:45 エアロビヨガ 原田			
17:00							
18:00	17:30～18:30 エアロビヨガ 大山	17:30～18:30 スタンダード60 大山	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 大山			17:30～18:30 全身とどのう 寝たまんまヨガ 原田	
19:00							
19:15	19:15～20:15 スタンダード60 本田	19:15～20:15 肩こりリラックスヨガ 大山				19:15～20:15 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)大山	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 原田
20:00							
21:00	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 本田	20:50～21:50 Sound Feel Yoga ver.2 大山				20:50～21:50 腸活ヨガ 原田	20:50～21:50 ダイエットヨガ 原田
22:00							

定休日

【お問い合わせコールセンター】 0570-666-989 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の開始の1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1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▶



## 小山店【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								
11:00		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 本田	10:30～11:30 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)本田	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 本田		10:30～11:30 スタンダード60 陶山	10:30～11:15 Beet Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 大山	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 大山
12:00								
13:00		12:15～13:15 背中美人ヨガ 大山	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 原田	12:15～13:15 ダイエットヨガ 大山		12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 大山	12:15～13:15 腫トレ ビューティーヨガ 大山	12:15～13:15 スタンダード60 陶山
14:00	14:00～15:00 ホットピラティス 大山		14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 原田	14:00～15:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 大山		14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 大山		14:00～15:00 もも尻ヨガティス 大山
15:00								
16:00			15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 大山	16:15～17:15 リンパデトックスヨガ 本田				15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 本田
17:00								
18:00	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 本田	17:30～18:30 ボールでゆがみとりヨガ 原田	17:30～18:30 スタンダード60 陶山			17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 原田	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 本田	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 大山
19:00								
20:00	19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 原田	19:15～20:15 もも尻ヨガティス 原田				19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 原田	19:15～20:15 エアロピヨガ 原田	
21:00	20:50～21:50 エアロピヨガ 原田	20:50～21:50 スタンダード60 陶山				20:50～21:50 パワーヨガAdvance (会員様限定)本田	20:50～22:00 ディーブプレスヨガ 原田	
22:00								

## 小山店【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							
11:00	10:30～11:30 腸活ヨガ 大山	10:30～11:30 エアロピヨガ 原田	10:30～11:30 ボールでゆがみとりヨガ 原田		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 原田	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 本田	
12:00							
13:00	12:15～13:25 ディーブプレスヨガ 大山	12:15～13:15 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)本田	12:15～13:15 ホットピラティス 原田		12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)本田	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 本田	
14:00	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)本田	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 本田	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 大山		14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 本田	14:00～15:00 スタンダード60 陶山	
15:00							
16:00		15:45～16:45 スタンダード60 陶山	15:45～16:45 肩コリラックスヨガ 大山				
17:00							
18:00	17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 原田	17:30～18:30 ダイエットヨガ 原田			17:30～18:30 スタンダード60 陶山		17:30～18:30 背中美人ヨガ 大山
19:00						18:45～20:15 アドバンス90 (会員様限定) 原田	
20:00	19:15～20:15 スタンダード60 陶山				19:15～20:15 腫トレ ビューティーヨガ 原田		19:15～20:15 腸活ヨガ 大山
21:00	20:50～21:50 セルトル美脚ヨガ 原田				20:50～21:50 ホットピラティス 原田	20:50～21:50 骨盤矯正ヨガ 原田	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 本田
22:00							