

池袋店【12月1日～12月8日スケジュール】

2023年 12月 1日更新

	12月 1日(金)	12月 2日(土)	12月 3日(日)	12月 4日(月)	12月 5日(火)	12月 6日(水)	12月 7日(木)	12月 8日(金)
9:00				定 休 日				
10:00								
10:30~11:30	ココロカラダリセットヨガ Misako	10:30~11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 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 FRUITY DIET Misako	10:30~11:30 スタンダード60 Misako		10:30~11:30 はじめてのハーヨガ (会員様限定)Misako
11:00								
12:00	12:15~13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 美喜	12:15~13:15 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 HERBAL RELAX 美喜		12:15~13:15 青盤矯正ヨガ 美喜	12:15~13:15 Sound Feel Yoga ver.2 石川		12:15~13:15 免疫セラピーヨガ 萩原
13:00								
14:00	14:00~15:00 スタンダード60 Misako	14:00~15:00 もも尻ヨガティス 石川	14:00~15:00 リンパデトックスヨガ 萩原		14:00~14:45 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition Misako	14:00~15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ Misako		14:00~15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST Misako
15:00								
16:00		15:45~16:45 はじめてのハーヨガ (会員様限定)美喜	15:45~16:30 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 美喜					
17:00								
17:30~18:30	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 萩原	17:30~18:30 スタンダード60 美喜		17:30~18:30 腸活ヨガ 石川		17:30~18:30 Sound Feel Yoga ver.2 石川	17:30~18:30 ポールで中がみとりヨガ 美喜	
18:00								
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 セルトル美脚ヨガ 萩原	19:15~20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 萩原	19:15~20:15 エアロビヨガ 石川	
20:00								
21:00	21:00~22:00 免疫セラピーヨガ 萩原			21:00~22:00 美ボディフロー ピラティス 石川	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 萩原	21:00~22:00 腫トレ ビューティーヨガ 石川	21:00~22:00 スタンダード60 美喜	
22:00								

池袋店【12月9日～12月15日スケジュール】

	12月 9日(土)	12月 10日(日)	12月 11日(月)	12月 12日(火)	12月 13日(水)	12月 14日(木)	12月 15日(金)
9:00			定 休 日				
10:00				10:30~11:30 スタンダード60 Misako	10:30~12:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 石山		10:30~11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ Misako
10:30~11:15	Movie Heroine Yoga 石川	10:30~11:30 リンパデトックスヨガ 石川					
11:00				12:15~13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 美喜	12:45~13:45 スタンダード60 美喜		12:15~13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 美喜
12:00	12:15~13:15 フェスタ特別レッスン 飯内	12:15~13:15 はじめてのハーヨガ (会員様限定)Misako					
13:00							
14:00	14:00~15:30 ステップアップ アサナWS 美喜	14:00~15:00 美ボディフロー ピラティス 石川			14:00~15:00 ココロカラダリセットヨガ Misako		14:00~14:45 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition Misako
15:00							
16:00	16:15~17:15 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MDX 石川	15:45~16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX Misako					
17:00							
17:30~18:30	腫トレ ビューティーヨガ 岩村		17:30~18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 萩原	17:30~18:30 ホットピラティス 石川	17:30~18:30 セルトル美脚ヨガ 萩原		
18:00							
19:00				19:15~20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 萩原	19:15~20:15 Movie Heroine Yoga 石川	19:15~20:15 スタンダード60 萩原	19:15~20:15 リンパデトックスヨガ 石川
20:00							
21:00				21:00~22:00 エアロビヨガ 岩村	21:00~22:00 リンパデトックスヨガ 萩原	21:00~22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 石川	21:00~22:00 スタンダード60 萩原
22:00							

【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♪



