松本店【4月1日～4月8日スケジュール】

2024年 3月15日更新

	4月1日(月)	4月2日(火)	4月3日(水)	4月4日(木)	4月5日(金)	4月6日(土)	4月7日(日)	4月8日(月)
9:00	定休日							定休日
10:00		10:30～11:30 背中美人ヨガ 横田	10:30～11:30 スタンダード60 未定		10:30～11:30 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ (会員様限定)藤崎	10:30～11:30 ホットピラティス 芦田	10:30～11:30 ココロカラダリセットﾖｶﾞ 佐藤	
11:00								
12:00		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 藤崎	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 松野		12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 横田	12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 横田	12:15～13:15 スタンダード60 佐藤	
13:00								
14:00		14:00～15:00 スタンダード60 未定	14:00～15:00 腹トレ ビューティーヨガ 松野		14:00～15:00 スリムアッププレス 藤崎	14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ 横田	17:30～18:30 エアロビヨガ 福山	
15:00								
16:00						15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 佐藤	15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス 福山	
17:00		17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 横田		17:30～18:30 スタンダード60 未定	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 佐藤	17:30～18:30 ココロカラダリセットﾖｶﾞ 佐藤		
18:00								
19:00		19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 福山	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 佐藤	19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 横田	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 福山			
20:00								
21:00		21:00～22:00 ホットピラティス 福山	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ 横田	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 横田	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 福山			
22:00								

松本店【4月9日～4月15日スケジュール】

	4月9日(火)	4月10日(水)	4月11日(木)	4月12日(金)	4月13日(土)	4月14日(日)	4月15日(月)
9:00							定休日
10:00	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 福山	10:30～11:30 ホットピラティス 福山		10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 横田	10:30～11:30 ココロカラダリセットﾖｶﾞ 佐藤	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ 横田	
11:00							
12:00	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 福山	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ 横田		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 藤崎	12:15～13:15 スタンダード60 未定	12:15～13:15 ホットピラティス 芦田	
13:00							
14:00	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 横田			14:00～15:00 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ (会員様限定)藤崎	14:00～15:00 背中美人ヨガ 横田	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 芦田	
15:00							
16:00					15:45～16:45 腹トレ ビューティーヨガ 松野	15:45～16:45 スタンダード60 横田	
17:00	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 福山	17:30～18:30 エアロビヨガ 福山	17:30～18:30 ココロカラダリセットﾖｶﾞ 佐藤	17:30～18:30 スタンダード60 未定	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 松野		
18:00							
19:00	19:15～20:15 背中美人ヨガ 横田	19:15～20:15 スタンダード60 未定	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 佐藤	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 横田			
20:00							
21:00	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 横田	21:00～22:00 ココロカラダリセットﾖｶﾞ 佐藤	21:00～22:00 スタンダード60 未定	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 佐藤			
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一時間前までに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♪

松本店【4月16日～4月23日スケジュール】

	4月16日(火)	4月17日(水)	4月18日(木)	4月19日(金)	4月20日(土)	4月21日(日)	4月22日(月)	4月23日(火)
9:00							定休日	
10:00	10:30～11:30 背中美人ヨガ 横田	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 横田		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 福山	10:30～11:30 ダイエットヨガ 福山	10:30～11:30 みるみる変わる姿勢ピラティス 福山		10:30～11:30 スタンダード60 未定
11:00								
12:00	12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 横田	12:15～13:15 スタンダード60 未定		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 佐藤	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 佐藤	12:15～13:15 スタンダード60 未定		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 佐藤
13:00								
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 未定	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 横田		14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 佐藤	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 福山	14:00～15:00 エアロビヨガ 福山		14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 佐藤
15:00								
16:00					15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 佐藤	15:45～16:45 ココロカラダリセットヨガ 佐藤		
17:00	17:30～18:30 ホットピラティス 福山		17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 佐藤	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 福山	17:30～18:30 スタンダード60 未定			17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 横田
18:00								
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 未定	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 佐藤	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 福山	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 福山				19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ 横田
20:00								
21:00	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 福山	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 佐藤	21:00～22:00 みるみる変わる姿勢ピラティス 福山	21:00～22:00 スタンダード60 未定				21:00～22:00 エアロビヨガ 福山
22:00								

松本店【4月24日～4月30日スケジュール】

	4月24日(水)	4月25日(木)	4月26日(金)	4月27日(土)	4月28日(日)	4月29日(月)	4月30日(火)
9:00						定休日	
10:00	10:30～11:30 ホットピラティス 福山		10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 横田	10:30～11:30 スタンダード60 未定	10:30～11:30 背中美人ヨガ 横田		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 横田
11:00							
12:00	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 横田		12:15～13:15 スタンダード60 未定	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 福山	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 福山		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 福山
13:00							
14:00			14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 横田	14:00～15:00 みるみる変わる姿勢ピラティス 福山	14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ 横田		14:00～15:00 背中美人ヨガ 横田
15:00							
16:00				15:45～16:45 オトナのための オールインワンヨガ 横田	15:45～16:45 ホットピラティス 福山		
17:00	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 横田	17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 横田	17:30～18:30 背中美人ヨガ 横田	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 横田			17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 佐藤
18:00							
19:00	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 佐藤	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 佐藤	19:15～20:15 みるみる変わる姿勢ピラティス 福山				19:15～20:15 ホットピラティス 福山
20:00							
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 未定	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 横田	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 福山				21:00～22:00 スタンダード60 未定
22:00							