

池袋店【1月1日～1月8日スケジュール】

2023年 12月 15日更新

	1月 1日(月)	1月 2日(火)	1月 3日(水)	1月 4日(木)	1月 5日(金)	1月 6日(土)	1月 7日(日)	1月 8日(月)	
9:00	定休日	定休日						定休日	
10:00									
11:00						10:30~11:30 リンパデトックスヨガ 園子	10:30~11:30 スタンダード60 杉山		10:30~11:30 免疫セラピーヨガ 萩原
12:00									
13:00									
14:00					14:00~15:00 セルトル美脚ヨガ 萩原	14:00~15:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 岩村	14:00~15:00 スタンダード60 杉山		14:00~14:45 Beat Drum Diet3.0 二の胸骨中Edition 美喜
15:00									
16:00					15:45~16:45 はじめてのハローヨガ (会員様限定)美喜				15:45~16:45 腸活ヨガ 園根
17:00									
18:00			17:30~18:30 アロマリラクソヨガ FRUITY DIET 萩原	17:30~18:30 スタンダード60 杉山	17:30~18:30 免疫セラピーヨガ 萩原	17:30~18:30 美ボディフロー ピラティス 石川			
19:00									
20:00			19:15~20:15 セルトル美脚ヨガ 萩原		19:15~20:15 スタンダード60 杉山				
21:00				21:00~22:00 アロマリラクソヨガ DEEP FOREST 萩原	21:00~21:45 Movie Heroine Yoga 石川				
22:00									

池袋店【1月9日～1月15日スケジュール】

	1月 9日(火)	1月 10日(水)	1月 11日(木)	1月 12日(金)	1月 13日(土)	1月 14日(日)	1月 15日(月)
9:00							定休日
10:00							
11:00	10:30~11:30 復せる身体をつくる ダイエットヨガ Misako	10:30~11:30 骨盤矯正ヨガ 美喜		10:30~11:30 アロマリラクソヨガ FRUITY DIET Misako	10:30~11:30 ホットピラティス 石川	10:30~11:30 スタンダード60 杉山	
12:00	12:15~13:15 アロマリラクソヨガ HERBAL RELAX 萩原	12:15~13:15 スタンダード60 杉山		12:15~13:15 ココロカラダリセットヨガ 小仁田	12:15~13:15 スタンダード60 杉山	12:15~13:15 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 石川	
13:00							
14:00	14:00~15:00 ココロカラダリセットヨガ Misako			14:00~15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ Misako	14:00~14:45 Movie Heroine Yoga 石川	14:00~15:00 アロマリラクソヨガ DEEP FOREST 美喜	
15:00							
16:00					15:45~16:45 スタンダード60 杉山	15:45~16:45 リンパデトックスヨガ 美喜	
17:00							
18:00	17:30~18:30 スタンダード60 杉山	17:30~18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 石川	17:30~18:30 リンパデトックスヨガ 石川	17:30~18:30 スタンダード60 杉山	17:30~18:30 はじめてのハローヨガ (会員様限定)美喜		
19:00	19:15~20:15 もも尻ヨガティス 石川	19:15~20:15 スタンダード60 杉山	19:15~20:15 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 石川	19:15~20:15 免疫セラピーヨガ 島野			
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 Sound Feel Yoga ver.2 石川	21:00~22:00 スタンダード60 杉山	21:00~22:00 育中美人ヨガ 島野			
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。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♪



