

札幌駅前店【3月1日～3月8日スケジュール】

2025年3月16日更新

03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08
土	日	月	火	水	木	金	土
		定休日					
10:30～11:30	10:30～11:15		10:30～11:30	10:30～11:30		10:30～11:30	10:30～11:30
リンパデトックスヨガ (80分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)		ホットピラティス (80分)	オトナのための オールインヨガ (80分)		オトナのための オールインヨガ (80分)	パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)
板橋	岡田		桑原	岡田		岡田	笹井
12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15
痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	骨盤矯正ヨガ (80分)		全身ととうの 褒たまんまヨガ (80分)	美ボディフロー ピラティス (80分)		リンパデトックスヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)
岡田	日暮		日暮	笹井		板橋	大井
14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～15:00			14:00～14:45	14:00～15:00
肩コリラックスヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)		骨盤矯正ヨガ (80分)			BEAT CORE HIT (45分)	美ボディフロー ピラティス (80分)
鈴木	板橋		桑原			日暮	笹井
15:45～16:45	15:45～16:45						15:45～16:45
スタンダード80 (80分)	小顔リフトピラティス (80分)						リンパデトックスヨガ (80分)
大井	岡田						板橋
17:30～18:15							17:30～18:30
BEAT CORE HIT (45分)							全身ととうの 褒たまんまヨガ (80分)
日暮							日暮
			17:30～18:30	17:30～18:30	17:30～18:30	17:00～18:30	
			はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	花粉症スッキリヨガ (80分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (80分)	アドバンス80 (会員様限定) (80分)	
			橋	笹井	岡田	橋	
			19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	
			Sound Feel Yoga ver.2 (80分)	スタンダード80 (80分)	肩コリラックスヨガ (80分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)	
			大山	大井	鈴木	笹井	
			21:00～22:00	21:00～21:45	21:00～22:00	21:00～22:00	
			子宮温活ヨガ (80分)	BEAT CORE HIT (45分)	スタンダード80 (80分)	肩コリラックスヨガ (80分)	
			鈴木	日暮	大井	鈴木	

札幌駅前店【3月9日～3月16日スケジュール】

03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16
日	月	火	水	木	金	土	日
		臨時休業					
10:30～11:30			10:30～11:15		10:30～11:30	10:30～11:30	10:30～11:30
アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)			Beat Drum Diet 3.0 (45分)		花粉症スッキリヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	肩コリラックスヨガ (80分)
大山			岡田		笹井	日暮	鈴木
12:15～13:00			12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15	12:15～13:15
BEAT CORE HIT (45分)			アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)		スタンダード80 (80分)	背中美人ヨガ (80分)	オトナのための オールインヨガ (80分)
大山			橋		大井	鈴木	岡田
14:00～15:00			14:00～15:00		14:00～15:00	14:00～15:00	14:00～14:45
子宮温活ヨガ (80分)			パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)		美ボディフロー ピラティス (80分)	美姿勢アンチエイジング ヨガ (80分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)
鈴木			笹井		笹井	岡田	岡田
15:45～16:45	臨時休業					15:45～16:45	15:45～16:45
スタンダード80 (80分)						全身ととうの 褒たまんまヨガ (80分)	子宮温活ヨガ (80分)
日暮						日暮	鈴木
						17:30～18:30	
						小顔リフトピラティス (80分)	
						岡田	
				17:30～18:15	17:30～18:30		
				BEAT CORE HIT (45分)	美姿勢アンチエイジング ヨガ (80分)		
				日暮	橋		
			19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:00		
			背中美人ヨガ (80分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)		
			鈴木	橋	岡田		
			21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00		
			骨盤矯正ヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	小顔リフトピラティス (80分)		
			日暮	大井	岡田		

- ◆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。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



札幌駅前店【3月17日～3月24日スケジュール】

2025年3月16日更新

03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24
月	火	水	木	金	土	日	月
定休日							
	10:30～11:30	10:30～11:30	10:30～11:30	10:30～11:15	10:30～12:00	10:30～11:30	10:30～11:30
	子宮温活ヨガ (80分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	花粉症スッキリヨガ (80分)	BEAT CORE HIT (45分)	EX/パワーヨガ (会員様限定) (90分)	スタンダード80 (80分)	美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分)
	鈴木	橋	笹井	日暮	笹井	板橋	橋
	12:15～13:15	12:15～13:15	12:15～13:15	12:15～13:15	12:45～13:45	12:15～13:15	12:15～13:15
	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	骨盤矯正ヨガ (80分)	Sound Feel Yoga ver.2(80分)	リンパデトックスヨガ (80分)	全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ(80分)	スタンダード80 (80分)
	橋	桑原	岡田	板橋	日暮	岡田	笹井
	14:00～15:00		14:00～15:00	14:00～15:00	14:30～15:30	14:00～15:00	14:00～15:00
	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ(80分)		リンパデトックスヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)	Sound Feel Yoga ver.2(80分)	リンパデトックスヨガ (80分)	お腹引き締めヨガ (80分)
	岡田		板橋	板橋	岡田	板橋	笹井
			15:45～16:45		16:15～17:15	15:45～16:45	
			ホットピラティス (80分)		骨盤矯正ヨガ (80分)	オトナのための オールインワンヨガ(80分)	
			笹井		日暮	岡田	
			17:30～18:30		18:00～19:00		
			スタンダード80 (80分)		スタンダード80 (80分)		
			日暮		岡田		
	17:30～18:30	17:30～18:30		17:30～18:30			17:30～18:30
	お腹引き締めヨガ (80分)	スタンダード80 (80分)		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)			アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分)
	笹井	鈴木		橋			鈴木
	19:15～20:15	19:15～20:00		19:15～20:15			19:15～20:15
	スタンダード80 (80分)	BEAT CORE HIT (45分)		子宮温活ヨガ (80分)			リンパデトックスヨガ (80分)
	板橋	笹井		鈴木			板橋
	21:00～22:00	21:00～22:00		21:00～22:00			21:00～21:45
	リンパデトックスヨガ (80分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分)		美ボディフロー ピラティス(80分)			Beat Drum Diet 3.0 (45分)
	板橋	鈴木		笹井			鈴木

札幌駅前店【3月25日～3月31日スケジュール】

03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31
火	水	木	金	土	日	月
	9:00～10:00 特別レッスン 大山					定休日
10:30～11:30	10:30～11:30		10:30～11:30	10:30～11:30	10:30～11:30	
アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分)	骨盤矯正ヨガ (80分)		骨盤矯正ヨガ (80分)	全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分)	パワーヨガAdvance (会員様限定) (90分)	
桑原	桑原		日暮	日暮	笹井	
12:15～13:00	12:15～13:15		12:15～13:15	12:15～13:15	12:15～13:15	
BEAT CORE HIT (45分)	スタンダード80 (80分)		オトナのための オールインワンヨガ(80分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ(80分)	スタンダード80 (80分)	
笹井	板橋		笹井	岡田	日暮	
14:00～15:00	14:00～15:00		14:00～15:00	14:00～15:00	14:00～14:45	
ホットピラティス (80分)	背中美人ヨガ (80分)		Sound Feel Yoga ver.2(80分)	スタンダード80 (80分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)	
桑原	鈴木		岡田	鈴木	岡田	
				15:45～16:30	15:45～16:45	
				BEAT CORE HIT (45分)	肩こりラックスヨガ (80分)	
				日暮	鈴木	
				17:30～18:30		
				子宮温活ヨガ (80分)		
				鈴木		
17:30～18:30		17:30～18:30	17:30～18:30			
背中美人ヨガ (80分)		美ボディフロー ピラティス(80分)	パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)			
鈴木		笹井	笹井			
19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15	19:15～20:15			
全身ととのう 寝たまんまヨガ(80分)	美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ(80分)	スタンダード80 (80分)			
日暮	橋	岡田	板橋			
21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00	21:00～22:00			
骨盤矯正ヨガ (80分)	Sound Feel Yoga ver.2(80分)	オトナのための オールインワンヨガ(80分)	リンパデトックスヨガ (80分)			
日暮	笹井	笹井	板橋			

【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)