

## 札幌駅前店【3月1日～3月8日スケジュール】

03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)	10:30～11:15 Best Drum Diet 3.0 (45分)	10:30～11:30 ホットピラティス (60分)	10:30～11:30 オトナのための オールインヨガ(60分)	10:30～11:30 オトナのための オールインヨガ(60分)	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)		
板橋	岡田	桑原	岡田	岡田	岡田	板井	
12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ(60分)	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (60分)	12:15～13:15 全員とのう 寝たまんまヨガ(60分)	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス(60分)	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分)	12:15～13:15 スタンダード80 (60分)	12:15～13:15 大井	
岡田	日暮	日暮	板井	板井	板井	大井	
14:00～15:00 肩コリラックスヨガ (60分)	14:00～15:00 スタンダード80 (60分)	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (60分)	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT (45分)	14:00～14:45 アドバンス80 (会員様限定)(60分)	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス(60分)		
鈴木	板橋	桑原		日暮	板井	大井	
15:45～16:45 スタンダード80 (60分)	15:45～16:45 小顎リフトピラティス (60分)				15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (60分)		
大井	岡田				板橋		
17:30～18:15 BEAT CORE HIIT (45分)					17:30～18:30 全員とのう 寝たまんまヨガ(60分)		
日暮					日暮		
17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (60分)	17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ(60分)	17:00～18:30 アドバンス80 (会員様限定)(60分)				
橋	板井	岡田	橋				
19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	19:15～20:15 スタンダード80 (60分)	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ (60分)	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(60分)				
大山	大井	鈴木	板井				
21:00～22:00 子宮温活ヨガ (60分)	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT (45分)	21:00～22:00 スタンダード80 (60分)	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ (60分)				
鈴木	日暮	大井	鈴木				

定休日

## 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
10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(60分)	10:30～11:15 Best Drum Diet 3.0 (45分)	10:30～11:30 花粉症スッキリヨガ (60分)	10:30～11:30 スタンダード80 (60分)	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ (60分)			
大山	岡田	板井	日暮	鈴木			
12:15～13:00 BEAT CORE HIIT (45分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(60分)	12:15～13:15 スタンダード80 (60分)	12:15～13:15 青中養人ヨガ (60分)	12:15～13:15 オトナのための オールインヨガ(60分)			
大山	橋	大井	鈴木	岡田			
14:00～15:00 子宮温活ヨガ (60分)	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス(60分)	14:00～15:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	14:00～15:00 Best Drum Diet 3.0 (45分)			
鈴木	板井	岡田	岡田	岡田			
15:45～16:45 スタンダード80 (60分)			15:45～16:45 全員とのう 寝たまんまヨガ(60分)	15:45～16:45 子宮温活ヨガ (60分)			
日暮			日暮	鈴木			
					17:30～18:30 小顎リフトピラティス (60分)		
					岡田		
	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT (45分)	17:30～18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)					
	日暮	橋					
	19:15～20:15 青中養人ヨガ (60分)	19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	19:15～20:00 Best Drum Diet 3.0 (45分)				
	鈴木	橋	岡田				
	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ (60分)	21:00～22:00 スタンダード80 (60分)	21:00～22:00 小顎リフトピラティス (60分)				
	日暮	大井	岡田				

臨時休業

◆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づつに制限されます。

※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



### 札幌駅前店【3月17日～3月24日スケジュール】

	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 子宮温活ヨガ (60分)	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	10:30～11:30 花粉症スキンヨガ (60分)	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT (45分)	10:30～12:00 EXパワーヨガ (会員様限定)(60分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)	10:30～11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	10:30～11:30
	鈴木	橋	篠井	日暮	篠井	板橋	橋	
	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ (60分)	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分)	12:45～13:45 全身ととのう 寝たまんまヨガ(60分)	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ(60分)	12:15～13:15 スタンダード80 (60分)	12:15～13:15
	橋	桑原	岡田	板橋	日暮	岡田	板橋	
	14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ(60分)		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00～15:00 スタンダード60 (60分)	14:30～15:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00～15:00 お腹引き締めヨガ (60分)	14:00～15:00
	岡田		板橋	板橋	岡田	板橋	板橋	篠井
			15:45～16:45 ホットピラティス (60分)		16:15～17:15 骨盤矯正ヨガ (60分)	15:45～16:45 オトナのための オールインヨガ(60分)		
			篠井		日暮	岡田		
			17:30～18:30 スタンダード60 (60分)		18:00～19:00 スタンダード60 (60分)			
			日暮		岡田			
	17:30～18:30 お腹引き締めヨガ (60分)	17:30～18:30 スタンダード60 (60分)		17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(60分)	
	篠井	鈴木		橋				鈴木
	19:15～20:15 スタンダード60 (60分)	19:15～20:00 BEAT CORE HIIT (45分)		19:15～20:15 子宮温活ヨガ (60分)			19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分)	
	板橋	篠井		鈴木			板橋	
	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分)	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(60分)		21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス(60分)			21:00～21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	
	板橋	鈴木		篠井				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
定休日	9:00～10:00 特別レッスン 大山						
	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(60分)	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (60分)		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (60分)	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ(60分)	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)	
	桑原	桑原		日暮	日暮	篠井	
	12:15～13:00 BEAT CORE HIIT (45分)	12:15～13:15 スタンダード60 (60分)		12:15～13:15 オトナのための オールインヨガ(60分)	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ(60分)	12:15～13:15 スタンダード60 (60分)	
	篠井	板橋		篠井	岡田	日暮	
	14:00～15:00 ホットピラティス (60分)	14:00～15:00 青中養人ヨガ (60分)		14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	14:00～15:00 スタンダード60 (60分)	14:00～14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	
	桑原	鈴木		岡田	鈴木	岡田	
					15:45～16:30 BEAT CORE HIIT (45分)	15:45～16:45 肩コリラックスヨガ (60分)	
					日暮	鈴木	
					17:30～18:30 子宮温活ヨガ (60分)		
					鈴木		
	17:30～18:30 青中養人ヨガ (60分)		17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス(60分)	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)			
	鈴木		篠井	篠井			
	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ(60分)	19:15～20:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ(60分)	19:15～20:15 スタンダード60 (60分)			
	日暮	橋	岡田	板橋			
	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ (60分)	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	21:00～22:00 オトナのための オールインヨガ(60分)	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分)			
	日暮	篠井	篠井	板橋			

【お問い合わせセンター】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)