札幌駅前店【3月1日～3月8日スケジュール】

2024年3月21日更新

	3月1日(金)	3月2日(土)	3月3日(日)	3月4日(月)	3月5日(火)	3月6日(水)	3月7日(木)	3月8日(金)
9:00				定休日				
10:00	10:30～11:30 スタンダード60 鈴木	10:30～11:30 腸活ヨガ 鈴木	10:30～11:30 背中美人ヨガ 石井		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 桑原	10:30～11:30 ホットピラティス 桑原		10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 石井
11:00								
12:00	12:15～13:15 ポールでゆがみとりヨガ 郡	12:15～13:15 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 石井	12:15～13:15 スタンダード60 桑原		12:15～13:15 ホットピラティス 桑原	12:15～13:15 エアロビヨガ 和平		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 橋
13:00								
14:00	14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 郡	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 石井	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 石井		14:00～15:00 スタンダード60 石井	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 桑原		14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 石井
15:00								
16:00		15:45～16:35 脂肪燃焼コース サーキットシェイプ 似島	15:45～16:45 腸活ヨガ 石井					
17:00	17:30～18:30 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 石井	17:30～18:30 スタンダード60 鈴木			17:00～18:30 FIRE (会員様限定) 北島	17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 石井	17:30～18:30 スタンダード60 鈴木	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 郡
18:00								
19:00	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 郡				19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 北島	19:15～20:05 脂肪燃焼コース ホットボクササダイエット 似島	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 和平	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 郡
20:00								
21:00	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 石井				21:00～22:00 腸活ヨガ 鈴木	21:00～22:00 スタンダード60 鈴木	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 郡	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 和平
22:00								

札幌駅前店【3月9日～3月15日スケジュール】

	3月9日(土)	3月10日(日)	3月11日(月)	3月12日(火)	3月13日(水)	3月14日(木)	3月15日(金)
9:00							
10:00	10:30～11:30 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ (会員様限定)橋	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 桑原	10:30～11:30 スタンダード60 浅見	10:30～11:30 ホットピラティス 桑原	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 桑原		10:30～11:30 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ (会員様限定)橋
11:00							
12:00	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 石井	12:15～13:45 EXパワーヨガ (会員様限定) 和平	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 和平	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 桑原	12:15～13:15 ホットピラティス 桑原		12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 郡
13:00							
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 鈴木	14:30～15:30 ポールでゆがみとりヨガ 郡	14:00～14:45 Movie Heroine Yoga 浅見	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 郡	14:00～15:00 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 石井		14:00～15:00 スタンダード60 郡
15:00							
16:00	15:45～16:35 脂肪燃焼コース サーキットシェイプ 似島	16:15～17:15 もも尻ヨガティス 和平					
17:00	17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 郡		17:20～18:30 ディープブレスヨガ 橋	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 北島	17:30～18:30 背中美人ヨガ 石井	17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 石井	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 石井
18:00							
19:00			19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 石井	19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)北島	19:15～20:05 脂肪燃焼コース マーシャルワークアウト 似島	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 郡	19:15～20:15 スタンダード60 鈴木
20:00							
21:00			21:00～22:00 スタンダード60 鈴木	21:00～22:00 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 石井	21:00～22:00 腸活ヨガ 鈴木	21:00～22:00 スタンダード60 鈴木	21:00～22:00 ココロカラダリセットヨガ 石井
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♪

札幌駅前店【3月16日～3月23日スケジュール】

	3月16日(土)	3月17日(日)	3月18日(月)	3月19日(火)	3月20日(水)	3月21日(木)	3月22日(金)	3月23日(土)
9:00			定休日					
10:00	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 和平	10:30～11:30 痩せる身体をつくるダイエットヨガ 郡		10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 石井	10:30～11:30 ホットピラティス 桑原		10:30～11:30 オトナのためのオールインワンヨガ 石井	10:30～11:30 腸活ヨガ 鈴木
11:00								
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 鈴木	12:15～13:15 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ（会員様限定）高橋		12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 和平	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 桑原		12:15～13:15 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ（会員様限定）橋	12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 石井
13:00								
14:00	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 石井	14:00～15:00 エアロビヨガ 和平		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 桑原	14:00～15:00 みるみる変わる姿勢ピラティス 和平		14:00～15:00 もも尻ヨガティス 和平	14:00～15:00 スタンダード60 鈴木
15:00								
16:00	15:45～16:35 脂肪燃焼コース サーキットシェイプ 似島	15:45～16:45 みるみる変わる姿勢ピラティス 和平			15:45～16:35 脂肪燃焼コース ホットポクサダイエット 似島			15:45～16:35 脂肪燃焼コース サーキットシェイプ 似島
17:00						17:00～18:00 痩せる身体をつくるダイエットヨガ 郡		
18:00	17:30～19:00 アドバンス90（会員様限定）橋			17:20～18:30 ディープブレスヨガ 橋	17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 石井		17:30～18:30 スタンダード60 鈴木	17:30～18:30 背中美人ヨガ 石井
19:00				19:15～20:15 痩せる身体をつくるダイエットヨガ 郡		18:45～20:15 WATER（会員様限定）北島	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 和平	
20:00								
21:00				21:00～22:00 腸活ヨガ 鈴木		21:00～22:00 スタンダード60 鈴木	21:00～22:00 背中美人ヨガ 石井	
22:00								

札幌駅前店【3月24日～3月31日スケジュール】

	3月24日(日)	3月25日(月)	3月26日(火)	3月27日(水)	3月28日(木)	3月29日(金)	3月30日(土)	3月31日(日)
9:00								
10:00	10:30～11:30 スタンダード60 細野	10:30～11:30 腸活ヨガ 鈴木	10:30～11:30 ホットピラティス 桑原	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 桑原		10:30～11:30 背中美人ヨガ 石井	10:30～11:30 スタンダード60 鈴木	10:30～11:30 （復活）K-POP WORKOUT Dynamite MIX 石井
11:00								
12:00	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 石井	12:15～13:00 Movie Heroine Yoga 笹井	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 桑原	12:15～13:45 アドバンス90（会員様限定）橋		12:15～13:15 スタンダード60 高橋	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 郡	12:15～13:15 オトナのためのオールインワンヨガ 石井
13:00								
14:00	14:00～15:00 痩せる身体をつくるダイエットヨガ 郡	14:00～15:00 スタンダード60 鈴木	14:00～15:00 腸活ヨガ 鈴木	14:30～15:30 Sound Feel Yoga ver.2 和平		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 郡	14:00～15:00 背中美人ヨガ 石井	14:00～15:00 みるみる変わる姿勢ピラティス 和平
15:00								
16:00	15:45～16:45 （復活）K-POP WORKOUT Dynamite MIX 石井						15:45～16:35 脂肪燃焼コース サーキットシェイプ 似島	15:45～16:45 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ（会員様限定）高橋
17:00		17:30～18:30 痩せる身体をつくるダイエットヨガ 笹井	17:30～18:30 はじめてのﾊﾟﾜｰﾖｶﾞ（会員様限定）橋	17:30～18:30 みるみる変わる姿勢ピラティス 和平	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 橋	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 和平	17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 石井	
18:00								
19:00		19:15～20:15 スタンダード60 細野	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 石井	19:15～20:05 脂肪燃焼コース マーシャルワークアウト 似島	19:15～20:15 もも尻ヨガティス 和平	19:15～20:15 オトナのためのオールインワンヨガ 石井		
20:00								
21:00		21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 郡	21:00～22:00 痩せる身体をつくるダイエットヨガ 郡	21:00～22:00 スタンダード60 鈴木	21:00～22:00 ココロカラダリセットヨガ 石井	21:00～22:00 エアロビヨガ 和平		
22:00								