

池袋店【10月1日～10月8日スケジュール】

2023年 9月 21日更新

	10月 1日(日)	10月 2日(月)	10月 3日(火)	10月 4日(水)	10月 5日(木)	10月 6日(金)	10月 7日(土)	10月 8日(日)	
9:00		定 休 日							
10:00									
10:30~11:30	ボールでゆがみとりヨガ 美喜			10:30~11:30 スタンダード60 石川(美)	10:30~11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 石川(美)		10:30~11:30 セルトル美脚ヨガ 萩原	10:30~11:30 Sound Feel Yoga 美喜	10:30~11:30 リンパデトックスヨガ 石川
11:00									
12:00	12:15~13:15 セルトル美脚ヨガ 萩原			12:15~13:15 ココロカラダリセットヨガ 石川(美)	12:15~13:45 アドバンス90 (会員様限定) 石川(美)		12:15~13:15 スタンダード60 萩原	12:15~13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 石川(美)	12:15~13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 美喜
13:00									
14:00	14:00~15:00 フェイスアップヨガ 美喜			14:00~14:45 Beat Drum Diet3.0 二の躰育中Edition 石川			14:00~15:00 腸活ヨガ 石山	14:00~15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 石川(美)	14:00~15:00 エアロビヨガ 石川
15:00									
16:00	15:45~16:45 スタンダード60 萩原							15:45~16:45 もも尻ヨガティス 石川	15:45~16:45 青盤矯正ヨガ 美喜
17:00									
18:00				17:30~18:30 セルトル美脚ヨガ 萩原	17:30~18:30 免疫セラピーヨガ 萩原	17:30~18:15 Beat Drum Diet3.0 二の躰育中Edition 美喜	17:30~18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)石山	17:30~18:30 劇トレ ビューティーヨガ 石川	
19:00				19:15~20:15 美ボディフロー ピラティス 石川	19:15~20:15 カンフーダイエット 石川	19:15~20:15 免疫セラピーヨガ 萩原	19:15~20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 美喜		
20:00									
21:00				21:00~22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 萩原	21:00~22:00 セルトル美脚ヨガ 萩原	21:00~22:00 スタンダード60 萩原	21:00~22:00 リンパデトックスヨガ 美喜		
22:00									

池袋店【10月9日～10月15日スケジュール】

	10月 9日(月)	10月 10日(火)	10月 11日(水)	10月 12日(木)	10月 13日(金)	10月 14日(土)	10月 15日(日)	
9:00		定 休 日						
10:00								
11:00	10:30~11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 石川(美)		10:30~11:30 カンフーダイエット 石川			10:30~11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 石川(美)	10:30~11:30 美ボディフロー ピラティス 石川	10:30~11:30 スタンダード60 萩原
12:00								
12:15~13:15	12:15~13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 石川(美)		12:15~13:15 リンパデトックスヨガ 石川			12:15~13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 石川(美)	12:15~13:15 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)美喜	12:15~13:15 もも尻ヨガティス 石川
13:00								
14:00	14:00~15:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)美喜		14:00~15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 萩原			14:00~15:00 Sound Feel Yoga 美喜	14:00~15:00 セルトル美脚ヨガ 萩原	14:00~15:00 免疫セラピーヨガ 萩原
15:00								
16:00							15:45~16:45 全身ととのう 寝たまんまヨガ 石川	15:45~16:30 Beat Drum Diet3.0 二の躰育中Edition 石川
17:00								
17:30~18:30	17:30~18:30 免疫セラピーヨガ 萩原			17:30~18:30 フェイスアップヨガ 美喜	17:30~18:30 美ボディフロー ピラティス 小玉	17:30~18:30 スタンダード60 萩原		
18:00								
19:00	19:15~20:00 Beat Drum Diet3.0 二の躰育中Edition 美喜		19:15~20:15 免疫セラピーヨガ 萩原	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 美喜			
20:00								
21:00	21:00~22:00 スタンダード60 萩原	21:00~22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 美喜	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 美喜	21:00~22:00 腸活ヨガ 小玉				
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。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▶



