

名古屋駅前店【12月1日～12月8日スケジュール】

2023年 11月 28日更新

	12月 1日(金)	12月 2日(土)	12月 3日(日)	12月 4日(月)	12月 5日(火)	12月 6日(水)	12月 7日(木)	12月 8日(金)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)穂村	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 秋葉	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 津田		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 市野	10:30～11:30 脚トレ ピューティーヨガ 古宇田		10:30～11:30 スタンダード60 古宇田
12:00	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 市野	12:15～13:15 スタンダード60 古宇田	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 古宇田		12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 津田	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)穂村		12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 穂村
13:00								
14:00	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 穂村	14:00～15:00 エアロビヨガ 津田	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 津田		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 市野			14:00～15:00 骨中美人ヨガ 古宇田
15:00								
16:00			15:45～16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)秋葉	15:45～16:45 もも尻ヨガティス 古宇田				
17:00	17:30～18:30 脚活ヨガ 津田	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 古宇田			17:30～18:30 アドバンス90 (会員様限定) 秋葉	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 津田	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 秋葉	
18:00								
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 市野				19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 津田	19:30～20:30 もも尻ヨガティス 古宇田	19:15～20:15 スタンダード60 市野	19:15～20:00 BEAT CORE HIIT 津田
20:00								
21:00	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 津田				21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 秋葉		21:00～22:00 脚活ヨガ 津田	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)秋葉
22:00								

定
休
日

名古屋駅前店【12月9日～12月15日スケジュール】

	12月 9日(土)	12月 10日(日)	12月 11日(月)	12月 12日(火)	12月 13日(水)	12月 14日(木)	12月 15日(金)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 アサナ解説【脚開き前屈】	10:30～11:30 (復活) SLOW FLOW YOGA (会員様限定)秋葉	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 市野	10:30～11:30 エアロビヨガ 津田			10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 穂村
12:00	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 秋葉	12:15～13:15 フェス特別レッスン 市野	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 津田	12:15～13:15 スタンダード60 市野			12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 市野
13:00							
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 古宇田	14:00～14:45 Movie Heroine Yoga 古宇田	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 市野	14:00～15:00 脚活ヨガ 津田			14:00～15:30 EX×パワーヨガ (会員様限定) 穂村
15:00		15:20～15:30 アサナ解説 【手元上にあげるポーズ】					
16:00	15:45～16:30 BEAT CORE HIIT 津田	15:30～17:00 ステップアップ アサナWS 津田					
17:00							
18:00	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 秋葉		17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の脚集中Edition 秋葉		17:30～18:30 スタンダード60 古宇田	17:30～18:15 Movie Heroine Yoga 古宇田	
19:00							
20:00							
21:00							
22:00							

定
休
日

【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)

◆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。

レッスンのWEB予約はこちらから♪

◆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が時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承下さい。



名古屋駅前店【12月16日～12月23日スケジュール】

	12月 16日(土)	12月 17日(日)	12月 18日(月)	12月 19日(火)	12月 20日(水)	12月 21日(木)	12月 22日(金)	12月 23日(土)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 市野	10:30～11:30 エアロビヨガ 津田		10:30～11:30 スタンダード60 市野	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 市野		10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)津田	10:30～11:30 全身とのう 寝たまんまヨガ 津田
12:00								
13:00								
14:00	14:00～15:00 フェイスアップヨガ 秋葉	14:00～15:00 スタンダード60 津田		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 市野			14:00～15:00 免疫セラビーヨガ 津田	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 津田
15:00								
16:00	15:45～16:45 全身とのう 寝たまんまヨガ 津田	15:45～16:45 免疫セラビーヨガ 津田					15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 市野	
17:00								
18:00	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 秋葉			17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 津田	17:30～18:30 (復活) SLOW FLOW YOGA (会員様限定)秋葉		17:30～18:30 フェイスアップヨガ 秋葉	17:30～18:30 スリムアップブレス 秋葉
19:00								
20:00								
21:00				19:15～20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)秋葉	19:15～20:15 全身とのう 寝たまんまヨガ 津田		19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 市野	
22:00				21:00～22:00 全身とのう 寝たまんまヨガ 津田	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 秋葉	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 秋葉	21:00～22:00 青中美人ヨガ 秋葉	

定
休
日

名古屋駅前店【12月24日～12月31日スケジュール】

	12月 24日(日)	12月 25日(月)	12月 26日(火)	12月 27日(水)	12月 28日(木)	12月 29日(金)	12月 30日(土)	12月 31日(日)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～12:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 土井		10:30～11:30 スリムアップブレス 秋葉	10:30～11:30 脚トレ ピューティヨガ 古宇田		10:30～11:30 エアロビヨガ 津田		
12:00								
13:00		12:30～13:30 フェイスアップヨガ 秋葉		12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 市野	12:15～13:15 全身とのう 寝たまんまヨガ 津田		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 秋葉	
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 未定		14:00～15:00 (復活) SLOW FLOW YOGA (会員様限定)秋葉	14:00～14:45 Movie Heroine Yoga 古宇田		14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 津田		
15:00								
16:00	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 津田					15:45～17:45 108回太陽礼拝 (会員様限定) ※常温 秋葉・津田		
17:00								
18:00								
19:00								
20:00								
21:00				19:15～20:15 スタンダード60 未定	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 津田	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 津田		
22:00								

定
休
日

年
末
年
始
休
業