

# 京都四条店【11月1日～11月8日スケジュール】

2023年11月25日更新

	11月1日(水)	11月2日(木)	11月3日(金)	11月4日(土)	11月5日(日)	11月6日(月)	11月7日(火)	11月8日(水)	
9:00						定 休 日			
10:00									
10:30~11:30	骨盤矯正ヨガ 杉元		10:30~11:30 美ボディフロー ピラティス 北沢	10:30~11:30 背中美人ヨガ 福渡	10:30~11:30 リンパデトックスヨガ 杉元			10:30~11:30 スタンダード60 吉原	10:30~11:30 セルトル美脚ヨガ 吉原
11:00									
12:00									
12:15~13:00	Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 藤田		12:15~13:15 リンパデトックスヨガ 杉元	12:15~13:15 スタンダード60 杉元	12:15~13:00 BEAT CORE HIIT 北沢			12:15~13:15 エアロビヨガ 吉原	12:15~13:15 スタンダード60 吉原
13:00									
14:00	14:00~15:00 スタンダード60 吉原		14:00~15:00 腫トレ ビューティーヨガ 北沢	14:00~15:00 もも尻ヨガティス 藤田	14:00~15:00 骨盤矯正ヨガ 杉元			14:00~15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 吉原	
15:00									
16:00			15:45~16:45 Sound Feel Yoga ver.2 吉原	15:45~16:45 肩コリラックスヨガ 福渡	15:45~16:45 ホットピラティス 北沢				
17:00									
18:00		17:30~18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 今掛	17:30~18:30 フェイスアップヨガ 福渡	17:30~18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 藤田				17:30~18:30 背中美人ヨガ 福渡	17:30~18:30 リンパデトックスヨガ 杉元
19:00	19:15~20:15 ホットピラティス 北沢	19:15~20:15 腸活ヨガ 今掛						19:15~20:15 フェイスアップヨガ 福渡	19:15~20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 北沢
20:00									
21:00	20:50~21:50 ボールでゆがみとりヨガ 福渡	20:50~21:50 Sound Feel Yoga ver.2 吉原					20:50~21:50 美姿勢 アンチエイジングヨガ 今掛	20:50~21:50 美ボディフロー ピラティス 北沢	
22:00									

# 京都四条店【11月9日～11月15日スケジュール】

	11月9日(木)	11月10日(金)	11月11日(土)	11月12日(日)	11月13日(月)	11月14日(火)	11月15日(水)
9:00							
10:00							
11:00		10:30~11:40 ディープブレスヨガ 藤田	10:30~11:30 骨盤矯正ヨガ 杉元	10:30~11:30 もも尻ヨガティス 藤田		10:30~11:30 フェイスアップヨガ 藤田	10:30~11:30 Sound Feel Yoga ver.2 吉原
12:00							
12:15~13:15		12:15~13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 今掛	12:15~13:15 はじめてのハーブヨガ (会員様限定)吉原	12:15~13:15 スタンダード60 吉原		12:15~13:15 もも尻ヨガティス 藤田	12:15~13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 吉原
13:00							
14:00		14:00~15:00 ホットピラティス 藤田	14:00~15:00 リンパデトックスヨガ 杉元	14:00~15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 今掛		14:00~15:00 スタンダード60 吉原	14:00~15:00 肩コリラックスヨガ 福渡
15:00							
16:00			15:45~16:45 スタンダード60 吉原	15:45~16:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 今掛			
17:00	17:00~18:00 背中美人ヨガ 福渡						
18:00		17:30~18:30 スタンダード60 杉元	17:30~18:30 セルトル美脚ヨガ 吉原			17:30~18:30 腸活ヨガ 今掛	
19:00	18:45~20:15 EXパワーヨガ (会員様限定) 土井						
19:15~20:15		19:15~20:15 ボールでゆがみとりヨガ 福渡				19:15~20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 今掛	19:15~20:15 骨盤矯正ヨガ 杉元
20:00							
21:00	20:50~21:50 スタンダード60 吉原	20:50~21:50 Sound Feel Yoga ver.2 吉原				20:50~21:50 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 藤田	20:50~21:50 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 今掛
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の開始の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。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♪



### 京都四条店【11月16日～11月23日スケジュール】

	11月16日(木)	11月17日(金)	11月18日(土)	11月19日(日)	11月20日(月)	11月21日(火)	11月22日(水)	11月23日(木)	
9:00									
10:00		10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 福渡	10:30～11:30 スタンダード60 吉原	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 藤田	定 休 日	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 吉岡	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 今掛	10:30～11:30 ホットピラティス 藤田	
11:00									
12:00		12:15～13:15 背中美人ヨガ 福渡	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 吉岡	12:15～13:15 腫トレ ビューティーヨガ 北沢			12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 今掛	12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 北沢	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 杉元
13:00									
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 吉原		14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 吉岡	14:00～15:00 美ポディフロー ピラティス 北沢			14:30～15:30 腸活ヨガ 吉岡		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 吉岡
15:00									
16:00			15:45～16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 今掛	15:45～16:45 スタンダード60 吉原					15:45～16:45 エアロピヨガ 杉元
17:00									
18:00	17:30～18:30 フェイスアップヨガ 福渡	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 藤田	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 今掛				17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 藤田	17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 吉原	17:30～18:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)吉岡
19:00	19:15～20:15 背中美人ヨガ 福渡	19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 今掛					19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 杉元	19:15～20:15 エアロピヨガ 杉元	
20:00									
21:00	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 杉元	20:50～22:00 ティープレスヨガ 藤田					20:50～21:35 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 藤田	20:50～21:50 スタンダード60 福渡	
22:00									

### 京都四条店【11月24日～11月30日スケジュール】

	11月24日(金)	11月25日(土)	11月26日(日)	11月27日(月)	11月28日(火)	11月29日(水)	11月30日(木)
9:00							
10:00	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 杉元	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 今掛	10:30～11:30 スタンダード60 今掛		10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 今掛	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 吉岡	
11:00							
12:00	12:15～13:15 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)吉岡	12:45～13:45 ココロカラダリセットヨガ 吉原	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 今掛		12:15～13:15 スタンダード60 今掛	12:15～13:15 ホットピラティス 藤田	
13:00							
14:00	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 藤田	14:30～15:15 BEAT CORE HIIT 北沢	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 福渡		14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 藤田	14:00～15:00 フェイスアップヨガ 藤田	
15:00							
16:00		16:00～17:00 スタンダード60 吉原	15:45～16:45 背中美人ヨガ 福渡				
17:00							17:00～18:00 スタンダード60 吉原
18:00	17:30～18:30 背中美人ヨガ 福渡	17:45～18:45 腫トレ ビューティーヨガ 北沢			17:30～18:30 ボールでゆがみとりヨガ 藤田		
19:00							18:45～19:45 肩コリラックスヨガ 福渡
20:00	19:15～20:15 スタンダード60 吉原				19:15～20:15 美ポディフロー ピラティス 北沢	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 吉岡	
21:00	20:50～21:50 ココロカラダリセットヨガ 吉原				20:50～21:50 腫トレ ビューティーヨガ 北沢	20:50～21:50 エアロピヨガ 杉元	20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定) 今掛
22:00							