

# NU茶屋町店【11月1日～11月8日スケジュール】

2023年 11月 4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								
10:00								
11:00	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 木村			10:30～11:30 ホットピラティス 奥田	10:30～11:30 スタンダード60 小幡	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 奥田	10:30～11:30 背中美人ヨガ 小幡	10:30～11:30 スタンダード60 奥田も
12:00				12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 奥田	12:15～13:15 SUMO YOGA 小幡	12:15～13:15 スタンダード60 大田	12:15～13:15 脚トレ ビューティヨガ 小幡	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 奥田
13:00								
14:00	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 木村			14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 小幡	14:00～15:00 腰活ヨガ 奥田	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 奥田	14:00～15:00 スタンダード60 大田	
15:00								
16:00				15:45～16:45 ボールでゆがみとりヨガ 奥田	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 小幡	15:45～16:45 スタンダード60 大田		
17:00								
18:00				17:30～18:30 スタンダード60 大田	17:30～18:30 背中美人ヨガ 小幡	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 奥田	17:30～18:30 ボールでゆがみとりヨガ 奥田	17:30～18:30 スタンダード60 大田
19:00	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 奥田	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 奥田					19:15～20:15 スタンダード60 大田	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 奥田
20:00								
21:00	20:50～21:50 セルトル美脚ヨガ 奥田	20:50～21:50 骨盤矯正ヨガ 奥田					20:50～21:50 ホットピラティス 奥田	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 奥田
22:00								

定  
休  
日

# NU茶屋町店【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		10:30～11:30 ボールでゆがみとりヨガ 奥田	10:30～11:30 スタンダード60 大田	10:30～11:30 SUMO YOGA 永山		10:30～11:30 ボールでゆがみとりヨガ 福渡	10:30～12:00 EXバワーヨガ (会員枠限定) 小幡
12:00							
13:00		12:15～13:15 スタンダード60 大田	12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 木村	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 奥田		12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 小幡	12:45～13:30 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 奥田
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00	17:30～18:30 エアロビヨガ 小幡	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 福本	17:30～18:30 背中美人ヨガ 小幡			14:00～16:00 Sound Feel Yoga ver.2 小幡	14:15～15:15 骨盤矯正ヨガ 小幡
19:00							
20:00	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 福本	19:15～20:15 スタンダード60 大田				17:30～18:30 スタンダード60 大田	
21:00	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 小幡	20:50～21:50 ホットピラティス 福本				19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 福渡	19:15～20:15 スタンダード60 大田
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。



## NU茶屋町店【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								
11:00	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 市野	10:30～11:30 エアロビヨガ 小幡	10:30～11:30 スタンダード60 大田			10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小幡	10:30～11:30 スタンダード60 大田	10:30～11:30 青中美人ヨガ 小幡
12:00								
13:00	12:15～13:15 スタンダード60 大田	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 奥田	12:15～13:15 懸トレ ピューティーヨガ 小幡			12:15～13:15 スタンダード60 大田	12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 小幡	12:15～13:15 スタンダード60 大田
14:00								
15:00	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 市野	14:00～15:00 スタンダード60 大田	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 奥田			14:00～15:00 青中美人ヨガ 小幡		14:00～15:00 腰活ヨガ 奥田
16:00								
17:00								
18:00	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 奥田	17:30～18:30 スタンダード60 大田	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 奥田			17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 奥田	17:30～18:30 スタンダード60 小幡	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 奥田
19:00	19:15～20:00 BEAT CORE HIIT 小幡	19:15～20:15 腰活ヨガ 奥田				19:15～20:15 スタンダード60 大田	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 奥田	
20:00								
21:00	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 奥田	20:50～21:50 ホットピラティス 奥田				20:50～21:50 SUMO YOGA 奥田	20:50～21:50 ポールでゆがみとりヨガ 奥田	
22:00								

## NU茶屋町店【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							
11:00	10:30～11:30 腰活ヨガ 奥田	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 藤田	10:30～11:30 スタンダード60 大田		10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 小幡	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 標準	
12:00							
13:00	12:15～13:15 スタンダード60 大田	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小幡	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 小幡		12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 小幡	12:15～13:15 スタンダード60 大田	
14:00	14:00～15:00 ホットピラティス 奥田	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 藤田	14:00～15:00 スタンダード60 大田		14:00～15:00 スタンダード60 大田	14:00～15:00 青中美人ヨガ 標準	
15:00							
16:00		15:45～16:45 エアロビヨガ 小幡	15:45～16:45 懸トレ ピューティーヨガ 小幡				
17:00							
18:00	17:30～18:30 青中美人ヨガ 小幡	17:30～18:30 スタンダード60 大田			17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 奥田		
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 大田				18:45～19:45 ポールでゆがみとりヨガ 奥田	19:15～20:15 エアロビヨガ 小幡	
20:00					19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 奥田		
21:00	20:50～21:50 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小幡				20:20～21:50 EXパワーヨガ (会員様限定) 小幡	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 奥田	
22:00							

定  
休  
日

定  
休  
日