

水戸店【12月1日～12月8日スケジュール】

2023年 11月 16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	10:30～12:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 川西	10:30～11:30 スタンダード60 金沢	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 石田		10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 大間	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 石田		10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 川西
12:00				12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 川西		12:15～13:15 スタンダード60 金沢	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 川西	12:15～13:15 青中美人ヨガ 金沢
13:00	12:45～13:45 セルトル美脚ヨガ 金沢							
14:00		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 大間	14:00～14:45 Best Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 石田		14:00～15:00 腹トレ ピューティーヨガ 大間	14:00～16:00 ホットピラティス 石田		14:00～15:00 エアロビヨガ 川西
15:00	14:30～15:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 川西							
16:00		15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 石田	15:45～16:45 ホットピラティス 金沢					
17:00	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 大間	17:30～18:30 青中美人ヨガ 大間			17:30～18:30 スリムアッププレス 石田		17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 金沢	17:00～18:00 リンパデトックスヨガ 大間
18:00					19:15～20:15 エアロビヨガ 川西	19:15～20:15 もも尻ヨガティス 石田	19:15～20:15 ボールでゆがみとりヨガ 石田	19:00～20:10 ディープレスヨガ 金沢
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 金沢							
20:00					21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 石田	21:00～22:00 スタンダード60 金沢	21:00～22:00 はじめてのハーネスヨガ (会員様限定) 石田	21:00～21:45 Best Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 大間
21:00	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 大間							
22:00								

定
休
日

水戸店【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	9:00～10:00 特別レッスン※有料 川西						
10:00		10:20～10:30 アサナ解説【コラボのポーズ】					
11:00	10:30～11:30 スリムアッププレス 石田	10:30～11:30 フェスタ特別レッスン 川西		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 金沢	10:30～11:30 スタンダード60 金沢		10:30～11:30 はじめてのハーネスヨガ (会員様限定) 川西
12:00		12:05～12:15 アサナ解説【脚開脚前屈】	12:15～13:15 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 大間		12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 石田		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 川西
13:00	12:15～13:15 腹トレ ピューティーヨガ 大間	13:50～14:00 アサナ解説【手のポーズ】					12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 石田
14:00	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 川西	14:00～15:30 ステップアップ アサナWS 金沢		14:00～14:45 Movie Heroine Yoga 石田			
15:00		16:05～16:15 アサナ解説【手を上にあげるポーズ】	16:15～17:00 Movie Heroine Yoga 石田				
16:00	15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 石田	17:30～18:30 スタンダード60 大間		17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 石田	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 川西	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 金沢	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 金沢
17:00							
18:00							
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。



水戸店【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				9:00～10:00 特別レッスン※有料 川西				
10:00				10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 大間	10:30～11:30 ホットピラティス 川西	10:30～11:30 劇トレ ピューティーヨガ 大間	10:30～11:30 ポールでゆがみとりヨガ 石田	10:30～11:30 エアロビヨガ 川西
11:00	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 大間	10:30～11:30 ホットピラティス 川西			10:30～11:15 Movie Heroine Yoga 石田			
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 金沢	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 川西		12:15～13:15 背中美人ヨガ 大間	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 石田		12:15～13:15 もも尻ヨガティス 川西	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 金沢
13:00								
14:00	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 大間	14:00～15:30 アドバンス90 (会員様限定) 大間		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 川西	14:00～15:00 スタンダード60 金沢		14:00～15:00 スリムアッププレス 石田	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 大間
15:00								
16:00	15:45～16:45 はじめてのパワヨガ (会員様限定)石田	16:15～17:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕瘦中Edition 石田						15:45～16:45 スタンダード60 金沢
17:00								
18:00	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 金沢			17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 石田		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 大間	17:30～18:30 スタンダード60 金沢	17:30～18:30 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 大間
19:00	19:15～20:15 特別レッスン※有料 川西			18:45～19:45 リンパデトックスヨガ 大間		19:15～20:00 Movie Heroine Yoga 石田	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 川西	
20:00					20:30～22:00 EXパワヨガ (会員様限定) 川西			
21:00					21:00～22:00 ポールでゆがみとりヨガ 石田	21:00～22:00 劇トレ ピューティーヨガ 大間	21:00～22:00 背中美人ヨガ 金沢	
22:00								

定
休
日

水戸店【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	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 大間		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 大間	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 川西		10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 金沢		
12:00	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 金沢		12:15～13:25 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 大間			12:15～13:15 ポールでゆがみとりヨガ 石田		
13:00								
14:00	14:00～15:00 ポールでゆがみとりヨガ 石田		14:15～15:00 Best Drum Diet3.0 二の腕瘦中Edition 大間			14:00～15:00 スタンダード60 金沢		
15:00								
16:00	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 大間			15:45～16:45 特別レッスン※有料 川西		15:45～17:45 108回太陽礼拝 (会員様限定) ※常温 川西		
17:00								
18:00								
19:00								
20:00								
21:00								
22:00								

定
休
日

年
末
年
始
休
業