

水戸店【12月1日～12月8日スケジュール】

2023年 11月 15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				定 休 日				
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 会沢	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 石田		10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 大関	10:30～11:30 アロマリラクゼーション 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								
13:00	12:46～13:45 セルトル美脚ヨガ 会沢	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 石田	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 会沢	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 川西		12:15～13:15 背中美人ヨガ 会沢
14:00		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 大関	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 石田		14:00～15:00 腫トレ ビューティーヨガ 大関	14:00～15:00 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 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 川西							
16:00		15:45～16:45 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 石田	15:45～16:45 ホットピラティス 川西					
17:00								17:00～18:00 リンパデトックスヨガ 大関
18:00	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 大関	17:30～18:30 背中美人ヨガ 大関			17:30～18:30 スリムアッププレス 石田		17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 会沢	
19:00								
20:00	19:15～20:15 スタンダード60 会沢				19:15～20:15 エアロビヨガ 川西	19:15～20:15 もも尻ヨガティス 川西	19:15～20:15 ボールでゆがみとりヨガ 石田	19:00～20:10 ディーププレスヨガ 会沢
21:00	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 大関				21:00～22:00 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX 石田	21:00～22:00 スタンダード60 会沢	21:00～22:00 はじめてのハーブヨガ (会員様限定)石田	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 大関
22:00								

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		定 休 日				
10:00		10:20～10:30 アサナ解説【コブラのポーズ】					
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 会沢	10:30～11:30 スタンダード60 会沢		10:30～11:30 はじめてのハーブヨガ (会員様限定)川西
12:00		12:05～12:15 アサナ解説【前屈のポーズ】					
13:00	12:15～13:15 腫トレ ビューティーヨガ 大関	12:15～13:15 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 大関		12:15～13:15 肩コリラクゼーション 会沢	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 石田		14:00～15:00 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX 川西
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 会沢		14:00～14:45 Movie Heroine Yoga 石田			12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 石田
15:00							
16:00	15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 石田	16:05～16:15 アサナ解説 【手ま上にあげるポーズ】					
17:00		16:15～17:00 Movie Heroine Yoga 石田					
18:00	17:30～18:30 スタンダード60 大関			17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 石田	17:30～18:30 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 川西	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 川西	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 会沢
19:00							
20:00				19:15～20:15 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 大関	19:15～20:15 腫トレ ビューティーヨガ 大関	19:15～20:15 スタンダード60 会沢	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 石田
21:00				21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 大関	21:00～22:00 エアロビヨガ 川西	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 川西	21:00～22:00 肩コリラクゼーション 会沢
22:00							

【お問い合わせコールセンター】 0570-666-989 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。

レッスンのWEB予約はこちらから♪



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			定 休 日	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 大関	10:30～11:30 ホットピラティス 川西		10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 大関	10:30～11:15 Movie Heroine Yoga 石田		10:30～11:30 ボ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								
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 会沢	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 川西		12:15～13:15 青中美人ヨガ 大関	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 会沢
13:00								
14:00	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 大関	14:00～15:30 アドバンス90 (会員様限定) 大関		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 会沢		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 大関
15:00								
16:00	15:45～16:45 はじめてのハーフヨガ (会員様限定)石田	16:15～17:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 石田						15:45～16:45 スタンダード60 会沢
17:00				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 大関	17:30～18:30 スタンダード60 会沢	17:30～18:30 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 大関
18:00					18:45～19:45 リンパデトックスヨガ 大関			
19:00	19:15～20:15 特別レッスン※有料 川西			19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 会沢		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パワースポット (会員様限定) 川西			
21:00				21:00～22:00 ボールでゆがみとりヨガ 石田		21:00～22:00 腫トレ ビューティーヨガ 大関	21:00～22:00 青中美人ヨガ 会沢	
22:00								

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		定 休 日						
10:00			10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 大関	10:30～11:30 全身とどのう 寝たまんまヨガ 川西		10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 会沢		
11:00	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 大関							
12:00	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 会沢		12:15～13:25 ディーププレスヨガ 会沢	12:15～13:15 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 大関		12:15～13:15 ボールでゆがみとりヨガ 石田		
13:00								
14:00	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 石田		14:15～15:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 大関			14:00～15:00 スタンダード60 会沢		
15:00				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		
16:00	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 大関							
17:00			17:30～18:30 はじめてのハーフヨガ (会員様限定)川西	17:30～18:30 青中美人ヨガ 会沢	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 会沢			
18:00								
19:00			19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 川西	19:15～20:15 ホットピラティス 石田	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 大関			
20:00								
21:00			21:00～21:45 Movie Heroine Yoga 石田	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 石田	21:00～22:00 全身とどのう 寝たまんまヨガ 川西			
22:00								