

町田店【12月1日～12月8日スケジュール】

2023年11月25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	10:30～11:30 青中美人ヨガ 小玉	10:30～11:30 スタンダード60 園子	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 鈴木		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 与坂	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 小玉		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 鈴木
11:00								
12:00	12:15～13:15 ボールでゆがみトリコ 小玉	12:15～13:45 EXパワーヨガ (会員様限定) 小玉	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 与坂		12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 鈴木	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 与坂		12:15～13:15 スタンダード60 園子
13:00								
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 園子	14:30～15:30 腸活ヨガ 小玉	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 小玉		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 鈴木	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 小玉		14:00～15:00 SUMO YOGA 鈴木
15:00								
16:00		16:15～17:15 スタンダード60 園子	15:45～16:45 腫トレ ピューティーヨガ 鈴木					
17:00								
18:00	17:30～18:30 ホットピラティス 鈴木	18:00～18:45 Beat Drum Diet3.0 二の勝負中Edition 小玉			18:00～18:30 ヨガライト30 園子		17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 与坂	17:30～18:30 スタンダード60 与坂
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 園子				19:15～20:15 ボールでゆがみトリコ 小玉	19:15～20:15 スタンダード60 園子	19:15～20:15 エアロピヨガ 鈴木	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 鈴木
20:00								
21:00	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 鈴木				21:00～22:00 はじめての「ハーカ」 (会員様限定)小玉	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 与坂	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 与坂	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 与坂
22:00								

定休日

町田店【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		10:20～10:30 アサナ解説【脚前屈】		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 与坂	10:30～11:30 スタンダード60 園子		10:30～11:30 スタンダード60 園子
11:00	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 小玉	10:30～11:30 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 鈴木					
12:00		12:05～12:15 アサナ解説【手ま.しにあげなド.ス】		12:15～13:15 スタンダード60 園子	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 鈴木		12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 小玉
13:00		12:15～13:00 Movie Heroine Yoga 小玉					
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 与坂	13:50～14:00 アサナ解説【目のポーズ】		14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 与坂			14:00～14:45 Movie Heroine Yoga 小玉
15:00		14:00～15:30 ステップアップ アサナWS 園子					
16:00	15:45～16:45 はじめての「ハーカ」 (会員様限定)鈴木	16:05～16:15 アサナ解説【コブラのポーズ】					
17:00		16:15～17:15 フェスタ特別レッスン 与坂					
18:00	17:30～18:40 ディープブレスヨガ 鈴木			17:30～18:30 スタンダード60 園子	18:00～18:30 リンパデトックス30 小玉	17:30～18:30 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 鈴木	18:00～18:30 ヨガライト30 園子
19:00							
20:00				19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 小玉	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 与坂	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 鈴木	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 与坂
21:00				21:00～22:00 腫トレ ピューティーヨガ 小玉	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 小玉	21:00～22:00 スタンダード60 園子	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 与坂
22:00							

定休日

【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▶



町田店【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						
10:00									
10:30~11:30	ホットピラティス 鈴木	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 与坂			10:30~11:30 スタンダード60 園子	10:30~11:30 リンパデトックスヨガ 園子		10:30~11:30 麗トレ ビューティーヨガ 小玉	10:30~11:30 エアロビヨガ 鈴木
11:00									
12:00									
12:15~13:15	Sound Feel Yoga ver.2 小玉	肩コリラックスヨガ 与坂			12:15~13:25 ディープブレスヨガ 永田	12:15~13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 小玉		12:15~13:15 スタンダード60 園子	12:15~13:15 リンパデトックスヨガ 園子
13:00									
14:00	14:00~15:00 骨盤矯正ヨガ 鈴木	14:00~15:30 アドバンス90 (会員様限定) 鈴木			14:00~15:00 セルトル美脚ヨガ 与坂	14:00~15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 小玉		14:00~15:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)小玉	14:00~15:00 スタンダード60 園子
15:00									
16:00	16:45~16:45 背中美人ヨガ 小玉	16:00~17:00 スタンダード60 園子							16:45~16:45 SUMO YOGA 鈴木
17:00									
17:30~18:30	スタンダード60 与坂				17:30~18:15 Movie Heroine Yoga 小玉			17:30~18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 与坂	17:30~18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 鈴木
18:00							18:00~18:30 ヨガライト30 小玉		
19:00									
19:15~20:15				19:15~20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 与坂	19:15~20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)鈴木	19:15~20:15 もも尻ヨガティス 小玉	19:15~20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 与坂		
20:00									
21:00				21:00~22:00 ポールでゆがみとりお 小玉	21:00~22:00 スタンダード60 与坂	21:00~22:00 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 鈴木	21:00~22:00 腸活ヨガ 小玉		
22:00									

町田店【12月24日～12月29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					年 末 年 始 休 業	年 末 年 始 休 業	
10:00									
10:30~11:30	全身ととのう 寝たまんまヨガ 与坂			10:30~11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 鈴木	10:30~11:30 セルトル美脚ヨガ 鈴木				10:30~11:30 リンパデトックスヨガ 園子
11:00									
12:00									
12:15~13:15	美ボディフロー ピラティス 小玉			12:15~13:15 スタンダード60 小玉	12:15~13:25 ディープブレスヨガ 鈴木				12:15~13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 与坂
13:00									
14:00				14:00~15:00 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 鈴木					14:00~15:00 スタンダード60 園子
15:00									
16:00	16:45~16:30 Movie Heroine Yoga 小玉								16:45~17:45 108回太陽礼拝 (会員様限定) ※常温 鈴木
17:00									
17:30~18:30				17:30~18:30 スタンダード60 園子		17:30~18:30 Sound Feel Yoga ver.2 小玉			
18:00					18:00~18:30 ヨガライト30 園子				
19:00				19:00~20:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 小玉	19:15~20:00 Movie Heroine Yoga 小玉	19:15~20:15 リンパデトックスヨガ 園子			
20:00									
21:00			21:00~22:00 リンパデトックスヨガ 園子	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 小玉	21:00~22:00 セルトル美脚ヨガ 与坂				
22:00									