

自由が丘店【2月1日～2月8日スケジュール】

2024年 1月 15日更新

	2月 1日(木)	2月 2日(金)	2月 3日(土)	2月 4日(日)	2月 5日(月)	2月 6日(火)	2月 7日(水)	2月 8日(木)
9:00					定 休 日			
10:00								
11:00		10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 鈴木	10:30～11:30 スタンダード60 君島	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 長谷部		10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 長谷部	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 飯塚	
12:00								
13:00		12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 君島	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 飯塚	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 戸水		12:15～13:15 スタンダード60 君島	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 君島	
14:00		14:00～15:10 ディープブレスヨガ 鈴木	14:00～15:00 背中美人ヨガ 君島	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 長谷部		14:00～14:45 Movie Heroine Yoga 長谷部	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)君島	
15:00								
16:00			15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 飯塚	15:45～16:45 はじめての「ハーヨーガ」 (会員様限定)戸水				
17:00								
18:00	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 飯塚	17:30～18:30 ホットピラティス 長谷部	17:30～18:15 Movie Heroine Yoga 長谷部			17:30～18:30 スタンダード60 望月		17:30～18:30 ボールでゆがみとりヨガ 長谷部
19:00								
20:00	19:15～20:15 背中美人ヨガ 君島	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 飯塚				19:15～20:15 もも尻ヨガティス 飯塚	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 長谷部	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 長谷部
21:00	21:00～22:00 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 飯塚	21:00～22:00 ボールでゆがみとりヨガ 長谷部				21:00～22:00 腸活ヨガ 望月	21:00～21:45 Movie Heroine Yoga 長谷部	21:00～22:00 スタンダード60 望月
22:00								

自由が丘店【2月9日～2月15日スケジュール】

	2月 9日(金)	2月 10日(土)	2月 11日(日)	2月 12日(月)	2月 13日(火)	2月 14日(水)	2月 15日(木)
9:00				定 休 日			
10:00							
11:00	10:30～11:30 スタンダード60 望月	10:30～11:30 はじめての「ハーヨーガ」 (会員様限定)戸水	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 飯塚		10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 飯塚	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 君島	
12:00							
13:00	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 長谷部	12:15～13:15 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 飯塚	12:15～13:15 スタンダード60 望月		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 飯塚	12:15～13:45 EX「パワー」ヨガ (会員様限定)君島	
14:00	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 長谷部	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 戸水	14:00～15:00 ホットピラティス 飯塚		14:00～15:00 スタンダード60 望月		
15:00							
16:00		15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス 君島	15:45～16:45 背中美人ヨガ 君島				
17:00							
18:00	17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 飯塚	17:30～18:30 スタンダード60 飯塚			17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 与坂	17:30～18:30 (復活)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 飯塚	17:30～18:30 ホットピラティス 君島
19:00	19:15～20:00 Movie Heroine Yoga 岩村				19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)君島	19:15～20:15 スタンダード60 望月	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 飯塚
20:00							
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 飯塚				21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 与坂	21:00～22:00 腸活ヨガ 飯塚	21:00～22:10 ディープブレスヨガ 君島
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♪



自由が丘店【2月16日～2月23日スケジュール】

	2月 16日(金)	2月 17日(土)	2月 18日(日)	2月 19日(月)	2月 20日(火)	2月 21日(水)	2月 22日(木)	2月 23日(金)
9:00				定 休 日				
10:00								
11:00	10:30～11:30 腸活ヨガ 望月	10:30～11:30 ダイエットヨガ 望月	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 若島		10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 若島	10:30～11:30 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)飯塚		10:30～11:30 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX 飯塚
12:00								
13:00	12:15～13:15 スタンダード60 望月	12:15～13:15 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX 戸水	12:45～13:45 リンパデトックスヨガ 飯塚		12:15～13:15 ホットピラティス 若島	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 飯塚		12:15～13:15 背中美人ヨガ 若島
14:00	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 飯塚	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 若島	14:30～15:30 背中美人ヨガ 若島		14:00～15:00 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST 飯塚	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 若島		14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 飯塚
15:00								
16:00		15:45～16:45 スタンダード60 望月	16:15～17:15 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET 飯塚					15:45～16:45 ココロカラダリセットヨガ 若島
17:00							17:00～18:10 ディープブレスヨガ 若島	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)長谷部
18:00	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 若島	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 若島			17:30～18:30 もも尻ヨガティス 飯塚			
19:00							18:45～19:45 ダイエットヨガ 望月	
20:00	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 飯塚				19:15～20:15 腸活ヨガ 望月	19:15～20:15 スタンダード60 望月		
21:00	21:00～22:00 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)若島				21:00～22:00 スタンダード60 望月	21:00～22:00 背中美人ヨガ 若島	20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定) 若島	
22:00								

自由が丘店【2月24日～2月31日スケジュール】

	2月 24日(土)	2月 25日(日)	2月 26日(月)	2月 27日(火)	2月 28日(水)	2月 29日(木)
9:00			定 休 日			
10:00						
11:00	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 長谷部	10:30～11:30 (飯塚)K-POP WORKOUT Dynamite MIX 飯塚		10:30～11:30 スタンダード60 望月	10:30～11:30 ボールでゆがみとりヨガ 長谷部	
12:00						
13:00	12:15～13:15 腸活ヨガ 望月	12:15～13:15 ダイエットヨガ 望月		12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)若島	12:15～13:00 Movie Heroine Yoga 長谷部	
14:00	14:00～14:45 Movie Heroine Yoga 長谷部	14:00～15:00 スタンダード60 望月		14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 若島		
15:00						
16:00	15:45～16:45 ホットピラティス 若島	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 飯塚				
17:00						
18:00	17:30～18:30 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX 若島			17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 長谷部	17:30～18:30 腸活ヨガ 望月	17:30～18:30 スタンダード60 望月
19:00						
20:00				19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 飯塚	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 飯塚	19:15～20:15 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)若島
21:00				21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 長谷部	21:00～22:00 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET 飯塚	21:00～22:00 ダイエットヨガ 望月
22:00						