

旭川店【5月1日～5月8日スケジュール】

2024年4月19日更新

	5月1日(水)	5月2日(木)	5月3日(金)	5月4日(土)	5月5日(日)	5月6日(月)	5月7日(火)	5月8日(水)	
9:00						定 休 日			
10:00									
11:00	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 佐藤		10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) 藤本	10:30～11:30 腸活ヨガ 松本	10:30～11:30 美ボディロー ピラティス 松本			10:30～11:30 はじめてのハーフヨガ (会員様限定) 藤本	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 佐藤
12:00	12:15～13:15 背中美人ヨガ 松本		12:15～13:15 美ボディロー ピラティス 松本	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 藤本	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 佐藤			12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 佐藤	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 松本
13:00									
14:00			14:00～15:00 スタンダード60 佐藤	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 松本	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 松本			14:00～15:00 ポールでゆがみトリヨガ 藤本	14:00～15:00 スタンダード60 佐藤
15:00									
16:00			15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス 佐藤	15:45～16:45 パワーヨガAdvance (会員様限定) 藤本	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 佐藤				
17:00									
18:00	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 藤本	17:30～18:30 エアロピヨガ 松本	17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 松本	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 佐藤				17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 藤本	
19:00									
20:00	19:15～20:15 腸活ヨガ 松本	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 佐藤						19:15～20:15 スタンダード60 佐藤	19:15～20:15 背中美人ヨガ 松本
21:00	21:00～22:00 はじめてのハーフヨガ (会員様限定) 藤本	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 松本						21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 佐藤	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 藤本
22:00									

旭川店【5月9日～5月15日スケジュール】

	5月9日(木)	5月10日(金)	5月11日(土)	5月12日(日)	5月13日(月)	5月14日(火)	5月15日(水)
9:00							
10:00							
11:00		10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 松本	10:30～11:40 【母の日特別企画】 Mother's Day Yoga 松本	10:30～11:30 エアロピヨガ 松本		10:30～11:30 ダイエットヨガ 藤本	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 高橋
12:00		12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 藤本	12:25～13:10 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 松本	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 松本		12:15～13:15 スタンダード60 佐藤	12:15～13:15 はじめてのハーフヨガ (会員様限定) 藤本
13:00							
14:00		14:00～15:00 美ボディロー ピラティス 松本	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 松本	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 佐藤		14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 藤本	
15:00							
16:00			15:45～16:45 はじめてのハーフヨガ (会員様限定) 藤本	15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス 佐藤			
17:00							
18:00	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 藤本	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 佐藤	17:30～18:30 ポールでゆがみトリヨガ 藤本				17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 藤本
19:00							
20:00	19:15～20:15 スタンダード60 佐藤	19:15～20:15 ダイエットヨガ 藤本				19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 佐藤	19:15～20:15 スタンダード60 佐藤
21:00	21:00～22:00 ポールでゆがみトリヨガ 藤本	21:00～22:00 スタンダード60 佐藤				21:00～22:00 セルトル奥禅ヨガ 高橋	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 佐藤
22:00							

【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▶



