

自由が丘店【5月1日～5月8日スケジュール】

2024年 5月 9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								
10:00								
11:00	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 飯塚		10:30～11:30 はじめての「ハワーク」 (会員様限定) 飯塚	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ 飯塚	10:30～11:30 ダイエットヨガ 望月		10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 君島	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 君島
12:00								
12:15	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 飯塚		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 望月	12:15～13:15 スリムアッププレス 君島	12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 君島		12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 飯塚	12:15～13:15 スタンダード60 林
13:00								
14:00			14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 飯塚	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 飯塚	14:00～15:00 ホットピラティス 望月		14:30～15:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 君島	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 君島
15:00								
16:00			15:45～16:45 ダイエットヨガ 望月	15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス 君島	15:45～16:55 ディーププレスヨガ 君島			
17:00								
18:00	17:30～18:30 背中美人ヨガ 君島	17:30～18:30 スタンダード60 望月	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 飯塚	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 君島			17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 飯塚	
19:00								
19:15	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 望月	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 飯塚					19:15～20:15 腸活ヨガ 望月	19:15～20:15 はじめての「ハワーク」 (会員様限定) 飯塚
20:00								
21:00	21:00～22:00 腸活ヨガ 望月	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ 飯塚					21:00～22:00 ダイエットヨガ 望月	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 望月
22:00								

定休日

自由が丘店【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 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 望月	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 飯塚	10:30～11:30 スタンダード60 林		10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 飯塚	10:30～11:30 スタンダード60 林
12:00							
12:15		12:15～13:15 ホットピラティス 望月	12:15～13:25 【母の日特別企画】 Mother's Day Yoga 望月・林	12:15～13:15 痩せも身体をつくる ダイエットヨガ 戸水		12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 君島	12:15～13:15 ダイエットヨガ 望月
13:00							
14:00		14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 飯塚	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定) 君島	14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ 飯塚		14:00～15:10 ディーププレスヨガ 君島	14:00～15:00 腸活ヨガ 望月
15:00							
16:00			15:45～16:45 スタンダード60 林	15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 飯塚			
17:00							
17:30	17:30～18:30 ダイエットヨガ 望月	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 君島	17:30～18:15 BEAT CORE HIIT 君島			17:30～18:30 腸活ヨガ 望月	
18:00							
19:00							
19:15	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 望月	19:15～20:15 背中美人ヨガ 君島				19:15～20:15 スタンダード60 林	19:15～20:15 スリムアッププレス 君島
20:00							
21:00	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 君島	21:00～22:00 スタンダード60 林				21:00～22:00 ホットピラティス 望月	21:00～22:00 はじめての「ハワーク」 (会員様限定) 君島
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。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♪



