

広島店【6月1日～6月8日スケジュール】

2024年6月15日更新

|             | 6月1日(土)                                    | 6月2日(日)                                | 6月3日(月)     | 6月4日(火) | 6月5日(水)                       | 6月6日(木)                                  | 6月7日(金)                                   | 6月8日(土)  |  |
|-------------|--|--|-------------|---------|-------------------------------|--|---|--|--|
| 9:00        |  |  | 定<br>休<br>日 |         |                               |  |   |  |  |
| 10:00       |  |  |             |         |                               |  |   |  |  |
| 10:30~11:30 | 美ボディフロー<br>ピラティス<br>船山                     | 10:30~11:30<br>全身ととのう<br>寝たまんまヨガ<br>内田 |             |         | 10:30~11:30<br>ホットピラティス<br>船山 | 10:30~11:30<br>背中美人ヨガ<br>高木              |   | 10:30~11:30<br>腸活ヨガ<br>船山                              | 10:30~11:30<br>スタンダード60<br>小谷                  |
| 12:00       |  |  |             |         |                               |  |   |  |  |
| 12:15~13:15 | オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>本池                 | 12:15~13:15<br>ダイエットヨガ<br>本池           |             |         | 12:15~13:15<br>エアロピヨガ<br>内田   | 12:15~13:15<br>スタンダード60<br>船山            |   | 12:15~13:15<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>船山                  | 12:15~13:15<br>背中美人ヨガ<br>高木                    |
| 14:00       | 14:00~15:00<br>Sound Feel Yoga ver.2<br>内田 | 14:00~15:00<br>骨盤矯正ヨガ<br>内田            |             |         | 14:00~15:00<br>腸活ヨガ<br>船山     |  |   | 14:00~15:00<br>スタンダード60<br>小谷                          | 14:00~15:00<br>はじめての「パワーヨガ」<br>(会員様限定)本池       |
| 15:00       |  |  |             |         |                               |  |   |  |  |
| 15:45~16:45 | スタンダード60<br>小谷                             | 15:45~16:45<br>もも尻ヨガティス<br>高木          |             |         |                               |  |   |  | 15:45~16:45<br>腸活ヨガ<br>船山                      |
| 17:00       |  |  |             |         |                               |  |   |  |  |
| 17:30~18:30 | 肩コリラックスヨガ<br>本池                            |  |             |         | 17:30~18:30<br>背中美人ヨガ<br>高木   | 17:30~18:30<br>スタンダード60<br>小谷            | 17:30~18:30<br>オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>本池 | 17:30~18:30<br>腫トレ<br>ビューティーヨガ<br>内田                   | 17:30~18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>本池 |
| 19:00       |  |  |             |         | 19:15~20:15<br>スタンダード60<br>小谷 | 19:15~20:15<br>ココロカラダリセットヨガ<br>本池        | 19:15~20:15<br>もも尻ヨガティス<br>高木             | 19:15~20:15<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>高木         |  |
| 20:00       |  |  |             |         |                               |  |   |  |  |
| 20:50~21:50 |  |  |             |         | リンパデトックスヨガ<br>高木              | 20:50~21:50<br>パワーヨガAdvance<br>(会員様限定)本池 | 20:50~21:50<br>スタンダード60<br>小谷             | 21:05~21:50<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の胸育中Edition<br>内田 |  |
| 22:00       |  |  |             |         |                               |  |   |  |  |

広島店【6月9日～6月15日スケジュール】

|             | 6月9日(日)                               | 6月10日(月)    | 6月11日(火) | 6月12日(水)                                   | 6月13日(木)                                | 6月14日(金)                               | 6月15日(土)                                  |   |
|-------------|---------------------------------------|-------------|----------|--|---|--|---|---|
| 9:00        |                                       | 定<br>休<br>日 |          |  |   |  |   |   |
| 10:00       |                                       |             |          |  |   |  |   |   |
| 10:30~11:30 | エアロピヨガ<br>内田                          |             |          | 10:30~11:30<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>本池    | 10:30~11:30<br>スタンダード60<br>小谷           |  | 10:30~11:30<br>オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>本池 | 10:30~11:30<br>リンパデトックスヨガ<br>高木           |
| 12:00       |                                       |             |          |  | 12:00~13:30<br>アドバンス90<br>(会員様限定)<br>内田 |  | 12:15~13:15<br>背中美人ヨガ<br>高木               | 12:15~13:15<br>パワーヨガAdvance<br>(会員様限定)本池  |
| 12:15~13:15 | ココロカラダリセットヨガ<br>本池                    |             |          | 12:15~13:15<br>スタンダード60<br>小谷              |   |  |   |   |
| 14:00       | 14:00~15:00<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>船山 |             |          | 14:00~15:00<br>ダイエットヨガ<br>本池               | 14:00~15:00<br>ホットピラティス<br>船山           |  | 14:00~15:00<br>はじめての「パワーヨガ」<br>(会員様限定)本池  | 14:00~15:00<br>スタンダード60<br>小谷             |
| 15:00       |                                       |             |          |  |   |  |   |   |
| 15:45~16:45 | 全身ととのう<br>寝たまんまヨガ<br>内田               |             |          |  |   |  |   | 15:45~16:45<br>もも尻ヨガティス<br>高木             |
| 17:00       |                                       |             |          |  |   |  |   |   |
| 17:30~18:30 |                                       |             |          | リンパデトックスヨガ<br>高木                           |   | 17:30~18:30<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>船山  | 17:30~18:30<br>腸活ヨガ<br>船山                 | 17:30~18:30<br>オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>本池 |
| 19:00       |                                       |             |          | 19:15~20:15<br>Sound Feel Yoga ver.2<br>内田 | 19:15~20:15<br>肩コリラックスヨガ<br>本池          | 19:15~20:15<br>スタンダード60<br>小谷          | 19:15~20:15<br>ダイエットヨガ<br>内田              |   |
| 20:00       |                                       |             |          |  |   |  |   |   |
| 20:50~21:50 |                                       |             |          | アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>高木           | 20:50~21:50<br>背中美人ヨガ<br>高木             | 20:50~21:50<br>全身ととのう<br>寝たまんまヨガ<br>内田 | 20:50~21:50<br>ホットピラティス<br>船山             |   |
| 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。

レッスンのWEB予約はこちらから▶

◆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。が時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承下さい。



広島店【6月16日～6月23日スケジュール】

|       | 6月16日(日)                                | 6月17日(月)    | 6月18日(火) | 6月19日(水)                                       | 6月20日(木)                                   | 6月21日(金)                                | 6月22日(土)                                | 6月23日(日)   |                                 |
|-------|---|-------------|----------|--|--|---|---|--|---------------------------------|
| 9:00  |   | 定<br>休<br>日 |          |  |  |   |   |  |                                 |
| 10:00 |   |             |          |  |  |   |   |  |                                 |
| 11:00 | 10:30～11:30<br>スタンダード60<br>小谷           |             |          | 10:30～11:30<br>もも原ヨガティス<br>高木                  | 10:30～11:30<br>Sound Feel Yoga ver.2<br>内田 |   | 10:30～11:30<br>はじめてのハワーヨガ<br>(会員様限定)本池  | 10:30～11:30<br>オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>本池              | 10:30～11:30<br>もも原ヨガティス<br>高木   |
| 12:00 |   |             |          |  |  |   |   |  |                                 |
| 13:00 | 12:15～13:15<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>本池 |             |          | 12:15～13:15<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>本池 | 12:15～13:15<br>リンパデトックスヨガ<br>高木            |   | 12:15～13:15<br>スタンダード60<br>小谷           | 12:15～13:00<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の躰育中Edition<br>内田 | 12:15～13:15<br>腸活ヨガ ver.2<br>松山 |
| 14:00 | 14:00～15:00<br>背中美人ヨガ<br>高木             |             |          | 14:00～15:00<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>松山          |  |   | 14:00～15:00<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>本池 | 14:00～15:00<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>内田         | 14:00～15:00<br>ダイエットヨガ<br>本池    |
| 15:00 |   |             |          |  |  |   |   |  |                                 |
| 16:00 | 15:45～16:45<br>ホットピラティス<br>松山           |             |          |  |  |   |   | 15:45～16:45<br>スタンダード60<br>小谷                          | 15:45～16:45<br>リンパデトックスヨガ<br>高木 |
| 17:00 |   |             |          |  |  | 17:00～18:30<br>アドバンス90<br>(会員様限定)<br>内田 |   |  |                                 |
| 18:00 |   |             |          | 17:30～18:30<br>スタンダード60<br>小谷                  | 17:30～18:30<br>ダイエットヨガ<br>本池               |   | 17:30～18:30<br>骨盤矯正ヨガ<br>内田             | 17:30～18:30<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>松山                  |                                 |
| 19:00 |   |             |          | 19:15～20:15<br>はじめてのハワーヨガ<br>(会員様限定)本池         | 19:15～20:15<br>ホットピラティス<br>松山              | 19:15～20:15<br>腸活ヨガ<br>松山               | 19:15～20:15<br>背中美人ヨガ<br>高木             |  |                                 |
| 20:00 |   |             |          |  |  |   |   |  |                                 |
| 21:00 |   |             |          | 20:50～21:50<br>ココロカラダリセットヨガ<br>内田              | 20:50～21:50<br>スタンダード60<br>小谷              | 20:50～21:50<br>もも原ヨガティス<br>高木           | 20:50～21:50<br>エアロビヨガ<br>内田             |  |                                 |
| 22:00 |   |             |          |  |  |   |   |  |                                 |

広島店【6月24日～6月30日スケジュール】

|       | 6月24日(月)    | 6月25日(火)  | 6月26日(水)                                  | 6月27日(木)   | 6月28日(金)                                | 6月29日(土)                                | 6月30日(日)                              |  |
|-------|-------------|---|---|--|---|---|---------------------------------------|--|
| 9:00  | 定<br>休<br>日 |   |   |  |   |   |                                       |  |
| 10:00 |             |   |   |  |   |   |                                       |  |
| 11:00 |             | 10:30～11:30<br>スタンダード60<br>小谷                   | 10:30～11:30<br>ダイエットヨガ<br>内田              |  |   | 10:30～11:30<br>スタンダード60<br>小谷           | 10:30～11:30<br>ホットピラティス<br>松山         | 10:30～11:30<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>本池 |
| 12:00 |             |   |   |  |   |   |                                       |  |
| 13:00 |             | 12:15～13:15<br>腫トレ<br>ビューティーヨガ<br>内田            | 12:15～13:15<br>はじめてのハワーヨガ<br>(会員様限定)高木    |  |   | 12:15～13:15<br>腸活ヨガ ver.2<br>松山         | 12:15～13:15<br>スタンダード60<br>小谷         | 12:15～13:15<br>Sound Feel Yoga ver.2<br>内田     |
| 14:00 |             | 14:00～15:00<br>パワーヨガAdvance<br>(会員様限定)本池        | 14:00～15:00<br>スタンダード60<br>小谷             |  |   | 14:00～15:30<br>アドバンス90<br>(会員様限定)<br>内田 | 14:00～15:00<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>松山 | 14:00～15:00<br>腸活ヨガ ver.2<br>松山                |
| 15:00 |             |   |   |  |   |   |                                       |  |
| 16:00 |             |   |   |  |   |   | 16:45～16:45<br>リンパデトックスヨガ<br>高木       | 16:45～16:45<br>はじめてのハワーヨガ<br>(会員様限定)高木         |
| 17:00 |             |   |   |  |   |   |                                       |  |
| 18:00 |             | 17:30～18:30<br>腸活ヨガ ver.2<br>松山                 |   |  | 17:30～18:30<br>スタンダード60<br>小谷           | 17:30～18:30<br>ココロカラダリセットヨガ<br>内田       | 17:30～18:30<br>ダイエットヨガ<br>本池          |  |
| 19:00 |             |   |   |  |   |   |                                       |  |
| 20:00 |             | 19:15～20:15<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>高木 | 19:15～20:15<br>腸活ヨガ ver.2<br>松山           | 19:15～20:00<br>Beat Drum Diet3.0<br>二の躰育中Edition<br>内田 | 19:15～20:15<br>はじめてのハワーヨガ<br>(会員様限定)高木  |   |                                       |  |
| 21:00 |             | 20:50～21:50<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>松山           | 20:50～21:50<br>オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>本池 | 20:50～21:50<br>ホットピラティス<br>松山                          | 20:50～21:50<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>本池 |   |                                       |  |
| 22:00 |             |   |   |  |   |   |                                       |  |