

自由が丘店【6月1日～6月8日スケジュール】

2024年 5月 16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 休 日						
10:00									
10:30~11:30	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 望月	ココロカラダリセットヨガ 君島			10:30~11:30 ダイエットヨガ 望月	10:30~11:15 BEAT CORE HIIT 君島		10:30~11:30 肩コリリラックスヨガ 飯塚	10:30~11:30 スタンダード60 林
11:00									
12:00									
12:15~13:15	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 飯塚	12:15~13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)君島			12:15~13:15 スタンダード60 林	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 フェイスアップヨガ 望月
13:00									
14:00	14:00~15:00 ホットピラティス 望月	14:00~15:00 スタンダード60 林			14:00~15:00 腸活ヨガ 望月			14:00~15:00 オトナのための オールインワンヨガ 飯塚	14:00~15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)君島
15:00									
16:00	15:45~16:45 スタンダード60 林	15:45~16:45 背中美人ヨガ 君島							15:45~16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 望月
17:00									
17:30~18:30	はじめての「パワーヨガ」 (会員様限定)飯塚			17:30~18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 君島	17:30~18:30 ダイエットヨガ 望月	17:30~18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 望月	17:00~18:00 ココロカラダリセットヨガ 君島	17:30~18:30 もも尻ヨガティス 君島	
18:00									
19:00				19:15~20:15 Sound Feel Yoga ver.2 飯塚	19:15~20:15 スタンダード60 林	19:15~20:15 リンパデトックスヨガ 飯塚	18:45~20:15 EX「パワーヨガ」 (会員様限定)君島		
20:00									
21:00				21:00~22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 君島	21:00~22:00 ホットピラティス 望月	21:00~22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 飯塚	21:00~22:00 スタンダード60 林		
22:00									

自由が丘店【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	研 修	研 修						
10:00								
10:30~11:30				10:30~11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 飯塚	10:30~11:30 腸活ヨガ 望月		10:30~11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 君島	10:30~11:30 はじめての「パワーヨガ」 (会員様限定)戸水
11:00								
12:00								
12:15~13:15					12:15~13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 望月	12:15~13:15 ダイエットヨガ 望月	12:15~13:15 リンパデトックスヨガ 飯塚	12:15~13:15 背中美人ヨガ 君島
13:00								
14:00					14:00~15:00 ホットピラティス 望月	14:00~15:00 スタンダード60 林	14:00~15:00 Sound Feel Yoga ver.2 飯塚	14:00~15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 戸水
15:00								
16:00								15:45~16:45 フェイスアップヨガ 望月
17:00								
17:30~18:30			17:30~18:30 スタンダード60 林	17:30~18:30 オトナのための オールインワンヨガ 飯塚	17:30~18:30 ホットピラティス 望月	17:30~18:15 BEAT CORE HIIT 君島		
18:00								
19:00			19:15~20:15 はじめての「パワーヨガ」 (会員様限定)飯塚	19:15~20:15 もも尻ヨガティス 君島	19:15~20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 君島	19:15~20:15 スタンダード60 林		
20:00								
21:00			21:00~22:00 ココロカラダリセットヨガ 飯塚	21:00~22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 君島	21:00~22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)君島	21:00~22:00 ダイエットヨガ 望月		
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▶



### 自由が丘店【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 休 日						
10:00	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 飯塚		10:30～11:30 スタンダード60 林	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 飯塚		10:30～11:30 ホットピラティス 望月	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 君島	10:30～11:30 エアロビヨガ 望月
11:00								
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 林		12:15～13:15 腸活ヨガ 望月	12:15～13:15 はじめてのハワーク (会員様限定)飯塚		12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)君島	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 飯塚	12:15～13:15 フェイスアップヨガ 望月
13:00								
14:00	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 飯塚			14:00～15:00 ダイエットヨガ 望月		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 君島	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 君島	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 飯塚
15:00								
16:00	16:45～16:45 ダイエットヨガ 望月						15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 飯塚	15:45～16:45 オトナのための オールインワンヨガ 飯塚
17:00								
18:00				17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)君島	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 君島	17:30～18:30 ホットピラティス 望月	17:30～18:30 スタンダード60 林	17:30～18:30 背中美人ヨガ 君島
19:00								
20:00			19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 飯塚	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 君島	19:15～20:15 腸活ヨガ 望月	19:15～20:15 ダイエットヨガ 望月		
21:00			21:00～22:00 アロマラックスヨガ DEEP FOREST 飯塚	21:00～22:00 エアロビヨガ 望月	21:00～22:00 スタンダード60 林	21:00～22:00 フェイスアップヨガ 望月		
22:00								

### 自由が丘店【6月24日～6月31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 休 日						
10:00		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 Sound Feel Yoga ver.2 飯塚	10:30～11:30 スタンダード60 林	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 飯塚
11:00							
12:00		12:15～13:15 背中美人ヨガ 君島	12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 望月		12:15～13:15 スタンダード60 林	12:15～13:15 アロマラックスヨガ FRUITY DIET 戸水	12:15～13:15 エアロビヨガ 望月
13:00							
14:00		14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 君島	14:00～15:30 EYパワーヨガ (会員様限定) 君島		14:00～15:00 はじめてのハワーク (会員様限定)飯塚	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 君島	14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ 飯塚
15:00							
16:00						15:45～16:45 産せる身体をつくる ダイエットヨガ 戸水	15:45～16:45 パワーヨガAdvance (会員様限定)君島
17:00							
18:00		17:30～18:30 エアロビヨガ 望月			17:30～18:30 スタンダード60 林	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 君島	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 君島
19:00							
20:00							
21:00	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)飯塚	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 飯塚	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 背中美人ヨガ 君島		
22:00					21:00～22:00 アロマラックスヨガ HERBAL RELAX 望月		