

水戸店【11月1日～11月8日スケジュール】

2023年 11月 15日更新

	11月 1日(水)	11月 2日(木)	11月 3日(金)	11月 4日(土)	11月 5日(日)	11月 6日(月)	11月 7日(火)	11月 8日(水)
9:00								
10:00			10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 大澤	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 大澤	10:30～11:30 スタンダード60 金沢	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 金沢		
11:00								
12:00		12:15～13:15 もも肩ヨガティス 石田		12:15～13:15 ポールでゆがみヨガ* 石田	12:15～13:15 スリムアッププレス 石田	12:15～13:15 全身とのう 寝たまんまヨガ 川西		
13:00								
14:00	14:00～15:00 ダイエットヨガ 大澤			14:00～16:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 大澤	14:00～16:00 はじめてのパワヨガ* (会員様限定)川西	14:00～16:00 もも肩ヨガティス 川西		
15:00								
16:00				15:45～16:45 ホットピラティス 石田	15:45～16:45 背中美人ヨガ 金沢	15:45～16:45 ディーププレスヨガ 金沢		
17:00								
18:00			17:30～18:30 ココロカラダリセッショナ 石田	17:30～18:30 スタンダード60 金沢	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 川西			
19:00		19:15～20:15 背中美人ヨガ 金沢	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 川西					
20:00								
21:00	21:00～22:00 全身とのう 寝たまんまヨガ 川西		21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕膏中Edition 石田					
22:00								

全店研修

水戸店【11月9日～11月15日スケジュール】

	11月 9日(木)	11月 10日(金)	11月 11日(土)	11月 12日(日)	11月 13日(月)	11月 14日(火)	11月 15日(水)
9:00							
10:00							
11:00		10:30～11:30 ホットピラティス 川西	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕膏中Edition 大澤	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 川西		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 石田	10:30～11:30 全身とのう 寝たまんまヨガ 川西
12:00							
13:00		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 金沢	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 川西	12:15～13:45 EXパワヨガ* (会員様限定) 川西		12:15～13:15 はじめてのパワヨガ* (会員様限定)川西	12:15～13:15 背中美人ヨガ 金沢
14:00		14:00～15:00 全身とのう 寝たまんまヨガ 川西	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 金沢	14:30～15:30 肩コリラックスヨガ 金沢		14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕膏中Edition 石田	
15:00							
16:00			15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 大澤	16:15～17:00 BEAT CORE HIIT 金沢			
17:00							
18:00		17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 大澤	17:30～18:30 スタンダード60 金沢	17:30～18:30 もも肩ヨガティス 川西		17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 金沢	17:30～18:30 ポールでゆがみヨガ* 石田
19:00							
20:00		19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 石田	19:15～20:00 BEAT CORE HIIT 大澤			19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 大澤	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 大澤
21:00		21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 石田	21:00～22:00 ピューティヨガ 大澤			21:00～22:00 スタンダード60 金沢	21:00～22:00 ホットピラティス 石田
22:00							

定休日

【お問い合わせセンター】 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一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。

◆レッスン開始時刻一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。



水戸店【11月16日～11月23日スケジュール】

	11月 16日(木)	11月 17日(金)	11月 18日(土)	11月 19日(日)	11月 20日(月)	11月 21日(火)	11月 22日(水)	11月 23日(木)
9:00								
10:00								
11:00		10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 川西	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 石田	10:30～11:30 スタンダード60 金沢		10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 金沢	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 金沢	10:30～11:40 ディープヨガ 金沢
12:00								
13:00		12:45～13:45 セルトル美脚ヨガ 金沢	12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 金沢	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 川西		12:15～13:15 エアロビヨガ 川西	12:15～13:15 ボールでゆがみとりヨガ 石田	12:15～13:15 ホットピラティス 川西
14:00								
15:00		14:30～15:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 川西	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 石田	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 大間		14:00～15:00 青中美人ヨガ 金沢	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 石田	14:00～14:45 Best Drum Diet3.0 二の脚膏中Edition 石田
16:00								
17:00								
18:00		17:30～18:30 もも尻ヨガティス 川西	17:30～18:15 Best Drum Diet3.0 二の脚膏中Edition 大間	17:30～18:30 脚トレ ピューティーヨガ 大間		17:30～18:30 スリムアッププレス 石田		17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 石田
19:00			19:00～20:10 ディープヨガ 石田			19:15～20:15 スタンダード60 川西		
20:00								
21:00		21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 川西	21:00～22:00 ボールでゆがみとりヨガ 石田			21:00～22:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 川西		
22:00								

水戸店【11月24日～11月30日スケジュール】

	11月 24日(金)	11月 25日(土)	11月 26日(日)	11月 27日(月)	11月 28日(火)	11月 29日(水)	11月 30日(木)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)川西	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 大間	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 石田		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 大間	10:30～11:30 スリムアッププレス 石田	
12:00	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 川西	12:15～13:15 スタンダード60 金沢	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 金沢		12:15～13:15 スタンダード60 川西	12:15～13:15 脚トレ ピューティーヨガ 大間	
13:00							
14:00	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 川西	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 大間	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 金沢		14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 大間		
15:00							
16:00		15:45～16:45 エアロビヨガ 川西	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 石田				
17:00							
18:00	17:30～18:30 青中美人ヨガ 金沢	17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 川西		17:30～18:30 ホットピラティス 石田	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 川西	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 金沢	
19:00	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 石田			19:15～20:15 ダイエットヨガ 川西	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 大間	19:15～20:00 BEAT CORE HIIT 大間	
20:00							
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 石田		21:00～22:00 ボールでゆがみとりヨガ 石田	21:00～22:00 エアロビヨガ 川西	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)石田		
22:00							

定
休
日