

秋田店【2月1日～2月8日スケジュール】

2023年2月27日更新

	2月1日(木)	2月2日(金)	2月3日(土)	2月4日(日)	2月5日(月)	2月6日(火)	2月7日(水)	2月8日(木)	
9:00					定 休 日				
10:00									
11:00		10:30～11:30 スタンダード60 高橋(美)	10:30～11:30 ダイエットヨガ 遠藤	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 高橋(麗)			10:30～11:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)高橋(美)	10:30～11:30 全身ととのう 褒たまんまヨガ 奥原	
12:00									
13:00		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 高橋(麗)	12:15～13:15 スタンダード60 高橋(美)	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 高橋(美)			12:15～13:15 ボールでゆがみとりヨガ 高橋(麗)	12:15～13:00 Best Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 奥原	
14:00		14:00～14:45 Movie Heroine Yoga 高橋(麗)	14:00～15:00 (復活)整体ヨガ 奥原	14:00～15:00 スタンダード60 高橋(美)			14:00～15:00 スタンダード60 高橋(美)	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 遠藤	
15:00									
16:00			15:45～16:45 ホットピラティス 高橋(麗)	15:45～16:45 ボールでゆがみとりヨガ 高橋(麗)					
17:00									
18:00	17:30～18:30 全身ととのう 褒たまんまヨガ 奥原	17:30～18:30 もも尻ヨガ 奥原	17:30～18:30 腸活ヨガ 高橋(麗)				17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 遠藤		17:30～18:30 腸活ヨガ 高橋(麗)
19:00									
20:00	19:15～20:15 背中美人ヨガ 遠藤	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 遠藤	19:15～20:15 特別レッスン※有料 奥原				19:15～20:15 (復活)整体ヨガ 奥原	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 高橋(美)	19:15～20:15 スタンダード60 高橋(美)
21:00	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 奥原	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 遠藤					21:00～22:00 ダイエットヨガ 遠藤	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 高橋(麗)	21:00～21:45 Movie Heroine Yoga 高橋(麗)
22:00									

秋田店【2月9日～2月15日スケジュール】

	2月9日(金)	2月10日(土)	2月11日(日)	2月12日(月)	2月13日(火)	2月14日(水)	2月15日(木)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 高橋(美)	10:30～11:15 Movie Heroine Yoga 高橋(麗)	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 奥原		10:30～11:30 エアロビヨガ 遠藤	10:30～11:30 スタンダード60 高橋(美)	
12:00	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 遠藤	12:00～13:00 骨盤矯正ヨガ 遠藤	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 遠藤		12:15～13:15 スタンダード60 高橋(美)	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 奥原	
13:00							
14:00	14:00～15:00 ダイエットヨガ 遠藤	13:45～15:15 EXパワーヨガ (会員様限定) 奥原	14:00～15:00 スタンダード60 遠藤		14:00～15:00 背中美人ヨガ 遠藤		
15:00							
16:00		16:00～17:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 遠藤	15:45～16:45 (復活)整体ヨガ 奥原				
17:00							
18:00	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 高橋(麗)	17:45～16:45 免疫セラピーヨガ 奥原			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 奥原	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 遠藤	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 奥原
19:00	19:15～20:15 エアロビヨガ 遠藤				19:15～20:15 ボールでゆがみとりヨガ 高橋(麗)	19:15～20:15 ダイエットヨガ 遠藤	19:15～20:00 Best Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 奥原
20:00							
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 高橋(麗)				21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 遠藤	21:00～22:00 腸活ヨガ 高橋(麗)	21:00～22:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)遠藤
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 ※受付時間以外に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。

レッスンのWEB予約はこちらから▶



秋田店【2月16日～2月23日スケジュール】

	2月16日(金)	2月17日(土)	2月18日(日)	2月19日(月)	2月20日(火)	2月21日(水)	2月22日(木)	2月23日(金)
9:00						9:00～10:00 特別レッスン※有料 桑原		
10:00								
10:30～11:30	10:30～11:30 はじめてのハワーク (会員様限定)高橋(美)	10:30～11:30 (復活)整体ヨガ 桑原	10:30～12:00 EXパワーヨガ (会員様限定) 桑原		10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 桑原	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 遠藤		10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 桑原
11:00								
12:00	12:15～13:15 ポールでゆがみとり 高橋(美)	12:15～13:15 はじめてのハワーク (会員様限定)高橋(美)	12:45～13:45 腸活ヨガ 高橋(美)		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 高橋(美)	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 遠藤		12:15～13:15 エアロピヨガ 遠藤
13:00								
14:00	14:00～16:00 スタンダード60 高橋(美)	14:00～16:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 遠藤	14:30～16:15 Beat Drum Diet3.0 二の腸育中Edition 桑原		14:00～16:00 免疫セラピーヨガ 桑原	14:00～16:00 ホットピラティス 桑原		14:00～16:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 桑原
15:00								
16:00		16:45～16:45 背中美人ヨガ 遠藤	16:00～17:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 桑原					16:45～16:45 ダイエットヨガ 遠藤
17:00								
17:30～18:30	免疫セラピーヨガ 桑原	17:30～18:30 もも原ヨガティス 桑原			17:30～18:30 はじめてのハワーク (会員様限定)遠藤		17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 高橋(美)	17:30～18:30 スタンダード60 高橋(美)
18:00								
19:00	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 遠藤				19:15～20:15 エアロピヨガ 遠藤	19:15～20:15 スタンダード60 高橋(美)	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 高橋(美)	
20:00								
21:00	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 遠藤				21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 遠藤	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 高橋(美)	21:00～22:00 スタンダード60 高橋(美)	
22:00								

定休日

秋田店【2月24日～2月29日スケジュール】

	2月24日(土)	2月25日(日)	2月26日(月)	2月27日(火)	2月28日(水)	2月29日(木)
9:00						
10:00						
10:30～11:15	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腸育中Edition 桑原	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 遠藤		10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 桑原	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 桑原	
11:00						
12:00	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 遠藤	12:15～13:15 背中美人ヨガ 遠藤		12:15～13:15 スタンダード60 高橋(美)	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 桑原	
13:00						
14:00	13:45～14:45 セルトル美脚ヨガ 高橋(美)	14:00～16:00 はじめてのハワーク (会員様限定)高橋(美)		14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 高橋(美)		
15:00						
16:00	16:30～17:00 アドバンス90 (会員様限定) 桑原	16:45～16:45 腸活ヨガ 遠藤				
17:00						
17:30～18:45	骨盤矯正ヨガ 遠藤			17:30～18:30 (復活)整体ヨガ 桑原	17:30～18:30 スタンダード60 高橋(美)	17:30～18:30 エアロピヨガ 遠藤
18:00						
19:00				19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 桑原	19:15～20:15 はじめてのハワーク (会員様限定)桑原	19:15～20:15 ホットピラティス 桑原
20:00						
21:00				21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腸育中Edition 桑原	21:00～22:00 免疫セラピーヨガ 桑原	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 遠藤
22:00						

定休日