

#### なんば店【3月1日～3月8日スケジュール】

2025年3月6日更新

#### なんば店【3月9日～3月16日スケジュール】

03/08 日	03/10 月	03/11 火	03/12 水	03/13 木	03/14 金	03/15 土	03/16 日
10:30~11:15 <b>ピラティス ブートキャンプ(45分)</b>		10:30~11:30 <b>リンパデトックスヨガ (60分)</b>	10:30~11:30 <b>青中養人ヨガ (60分)</b>		10:30~11:30 <b>スタンダード60 (60分)</b>	10:30~11:30 <b>Sound Feel Yoga ver.2(60分)</b>	10:30~11:30 <b>美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)</b>
真鍋		藤本	小幡		松山	小幡	山崎
12:15~13:15		12:15~13:15 <b>エアロビヨガ (60分)</b>	12:15~13:15 <b>子宮温活ヨガ (60分)</b>		12:15~13:15 <b>セルトル美脚ヨガ (60分)</b>	12:15~13:15 <b>花粉症スッキリヨガ (60分)</b>	12:15~13:15 <b>お腹引き締めヨガ (60分)</b>
藤本		藤野	真鍋		藤本	藤野	藤本
14:00~15:00		14:00~15:00 <b>全身ととのう 寝たまんまヨガ(60分)</b>			14:00~15:00 <b>リンパデトックスヨガ (60分)</b>	14:00~15:00 <b>青中養人ヨガ (60分)</b>	14:00~15:00 <b>スタンダード60 (60分)</b>
真鍋		藤本			石原	小幡	山崎
15:45~16:45 <b>お腹引き締めヨガ (60分)</b>					15:45~16:45 <b>全身ととのう 寝たまんまヨガ(60分)</b>	15:45~16:45 <b>青盤矯正ヨガ (60分)</b>	15:45~16:30 <b>青盤矯正ヨガ (60分)</b>
藤本					藤本		藤本
					17:30~18:30 <b>みるみる変わる 姿勢ピラティス(60分)</b>		
					藤本		
		17:30~18:30 <b>腸活ヨガ ver.2 (60分)</b>	17:30~18:30 <b>全身ととのう 寝たまんまヨガ(60分)</b>	17:30~18:30 <b>アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(60分)</b>	17:30~18:30 <b>肩コリラックスヨガ (60分)</b>		
		真鍋	藤本	小幡	藤野		
		19:15~20:15 <b>花粉症スッキリヨガ (60分)</b>	19:15~20:15 <b>お腹引き締めヨガ (60分)</b>	19:15~20:15 <b>スタンダード60 (60分)</b>	19:15~20:15 <b>エアロビヨガ (60分)</b>		
		藤野	藤本	藤野	藤野		
		21:00~22:00 <b>美ボディフロー ピラティス(60分)</b>	21:00~22:00 <b>肩コリラックスヨガ (60分)</b>	21:00~21:45 <b>ピラティス ブートキャンプ(45分)</b>	21:00~22:00 <b>スタンダード60 (60分)</b>		
		真鍋	藤野	小幡	石原		

◆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。

◆当面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にはインターへ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は、時間外キャンセルとなります。時間外キャンセルが日に二回以上で、翌日の予約可能回数が一回ずつに制限されます。

※きやんカル割は発生致しませんが時間外きやんカル扱いとなりますのでご了承下さい。

※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



なんば店【3月17日～3月24日スケジュール】

	03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24
月	火	水	木	金	土	日		月
	10:30～11:30 エアロピヨガ (60分)	10:30～11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	08:00～10:00 特別レッスン	10:30～11:15 ピラティス ブートキャンプ(45分)	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス(60分)	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)		
	鹿野	山崎	松山	小幡	藤本	山崎		
	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(60分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分)	12:15～13:15 スタンダード60 (60分)	12:15～13:15 花粉症スッキリヨガ (60分)		
	山崎	小幡	藤本	藤本	山崎	藤野		
	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分)	14:00～15:00 ホットピラティス (60分)	12:15～13:15 エアロピヨガ (60分)	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ (60分)	14:00～15:00 エアロピヨガ (60分)	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (60分)		
	山崎	小幡	富田	藤本	藤野	藤本		
			14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(60分)	15:30～17:00 特別レッスン	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (60分)	15:45～16:45 スタンダード60 (60分)		
			富田	小幡	山崎	藤野		
			15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (60分)		17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)			
			藤本		藤野			
			17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ (60分)					
			富田					
	17:30～18:30 小顎リフトピラティス (60分)	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)		17:30～18:30 スタンダード60 (60分)				
	小幡	山崎		山崎				
	19:15～20:15 お腹引き締めヨガ (60分)	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ(60分)		19:15～20:15 エアロピヨガ (60分)				
	藤本	藤本		藤野				
	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(60分)	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (60分)		21:00～22:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)				
	小幡	藤本		山崎				

2025年2月15日更新

定休日

定休日

なんば店【3月25日～3月31日スケジュール】

	03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31	
月	火	水	木	金	土	日	月	
	10:30～11:30 エアロピヨガ (60分)	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (60分)		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (60分)	10:30～11:30 お腹引き締めヨガ (60分)	10:30～11:30 スタンダード60 (60分)		
	鹿野	鹿野		藤本	藤本	山崎		
	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分)	12:15～13:15 スタンダード60 (60分)		12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ ver.2(60分)	12:15～13:15 青中美人ヨガ (60分)		
	山崎	山崎		小幡	藤野	小幡		
	14:00～15:00 スタンダード60 (60分)			14:00～15:00 スタンダード60 (60分)	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)	14:00～15:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)		
	藤野			藤本	山崎	山崎		
					15:45～16:45 花粉症スッキリヨガ (60分)	15:45～16:45 エアロピヨガ (60分)		
					17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分)			
					山崎			
	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (60分)	17:00～18:00 青盤矯正ヨガ (60分)	17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	17:30～18:30 花粉症スッキリヨガ (60分)				
	小幡	藤本	鹿野	藤野				
	19:15～20:15 スタンダード60 (60分)	18:45～20:15 EXパワーヨガ (会員様限定)(90分)	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (60分)	19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分)				
	藤本	小幡	山崎	山崎				
	21:00～21:45 ピラティス ブートキャンプ(45分)	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分)	21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (60分)	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ (60分)				
	小幡	藤本	藤本	藤野				

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)