

2022年7月～9月 レッスンスケジュール

LINEで最新情報を受け取る！

LINE公式アカウントでは、最新のプログラム情報や代行情報を配信しています。
アナタも登録して最新情報を手に入れよう！登録はQRコードを読み込んで、
友達登録ボタンを押すだけのカンタン登録♪ご登録お待ちしております！



| 月 | MONDAY | 火 | TUESDAY | 水 | WEDNESDAY | 木 | THURSDAY | 金 | 土 | SATURDAY | 日 | SUNDAY |
|----|---|---------------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------|--|----------------------------------|----------|-----|--------------------------------------|----------|--------------------------------------|--------|
| 10 | 設備A | 設備A | 設備A | 設備A | 設備A | 設備A | 設備A | 設備A | 設備A | 設備A | 設備A | 設備A |
| 11 | | 11:00～11:45 コンディショニングヨガ ↓Kumi ★ | | | | | | | | | | |
| 12 | 11:45～12:30 ベーシックヨガ ↓高橋 ★ | | | 12:00～12:45 ユニバーサルヨガマーズ ↓ほのか ★ | | 11:30～12:15 リラックスヨガ ↓MIU ★ | | | 11:30～12:15 リラックスヨガ ↓MIU ★ | | 11:45～12:30 デトックスヨガ ↓Kumi ★ | |
| 13 | | 12:45～13:30 デトックスヨガ ↓Kumi ★ | | | | | | | 13:00～13:45 ユニバーサルヨガマーズ ↓ほのか ★ | | | |
| 14 | 13:55～14:40 シェイプヨガ 小松 ★ | | | 14:25～15:10 シェイプヨガ 小松 ★ | | 14:15～15:00 ウェストシェイプ ↓大槻 ★ | | | | | 14:00～14:45 コンディショニングヨガ ↓MIU ★ | |
| 15 | | | | | | | | | | | | |
| 16 | <div style="background-color: yellow; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> 掲示板 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p>休会や契約に関する手続きは、 下記の時間帯のみ受付可能です。</p> <p>【各種手続き受付時間】</p> <p>平日 10:00～15:00 / 17:00～21:00</p> <p>土日祝 10:00～17:00</p> </div> | | | | | | | | | | | |
| 17 | | | | | | | | | | | | |
| 18 | | | | | | | | | | | | |
| 19 | 19:00～19:45 ストレッチ&ヨガ イソエリカ ↓荒井 ★ | 19:00～19:45 リラックスヨガ ↓MIU ★ | 19:00～19:45 ベーシックヨガ ↓Maki ★ | 19:00～19:45 パワーヨガ ↓ARISA ★ | 19:00閉館 | | | | | | | |
| 20 | 20:15～21:00 ウエストシェイプ ↓大槻 ★ | 20:20～21:05 パワーヨガ 小松 ★ | 20:15～21:00 リラックスヨガ ↓Maki ★ | 20:15～21:00 ベーシックヨガ ↓ARISA ★ | <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>38℃</p> <p>【クラス定員数のご案内】</p> <p>14名</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>36℃</p> <p>【スタジオご利用についてのご案内】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・祝日は17時以降のレッスンを休講とさせていただきます ・ホットスタジオ参加の方は、開始10分前までにチェックインして下さい ★・・・ヨガマットをご持参下さい ↓・・・初めての方でも安心してご参加いただける優しいクラス ¥・・・有料プログラム </div> </div> | | | | | | | |
| 21 | | | | | | | | | | | | |
| 22 | | | | | | | | | | | | |

営業日 ※レッスンはございません。