

スケジュール2026年4月

※一度のご予約は3本まで可能です。消化後に次のご予約をお願いします。追加レッスンは通常の半額(チケット利用可・一部会員除く)
 ※(30分+30分)は1本としてカウントいただけます。※祝日は別スケジュールです。※5週目は変更になる場合がございます。

月	火	水	木	金	土	日
店休日	10:15~11:15 フラダンス ILIMA	10:15~10:45 健康体操 &ローラーストレッチ	10:15~11:15 ヨガ リラックス系		10:15~11:15 ヨガ &ローラーで背中ほぐし YOKO	10:00~10:45 ヨガ 5.26 YOKO 12.19 NOZOMI
	11:30~12:15 第1.3 ヨガ 第2.4 ピラティス YOKO	11:00~11:45 ZUMBA YOKO	2.23 KARIN 9.16 YOKO		11:30~12:15 ピラティス YOKO	11:00~11:45 5.12.19 ピラティス YOKO
	12:30~13:00 ミット打ちボクシング HAMANO	12:10~13:10 ベリーダンス reira	11:30~12:20 ピラティス &ローラーで背中ほぐし YOKO		11:30~12:15 ピラティス YOKO	26 引締めエクササイズ (YUKIO)
	13:15~14:15 ヨガ リラックス系 &ローラーで背中ほぐし YOKO	13:30~14:20 ヨガ NOZOMI	マンツーマン 12:30~13:15		12:30~13:00 ZUMBA YOKO	12:00~12:45 ヨガ(リラックス) &ローラーで背中ほぐし YOKO
	14:30~15:30 ヨガ MIEKO	14:40~15:30 ピラティス &ローラーで背中ほぐし YOKO	13:30~14:15 ZUMBA NOZOMI		13:10~13:40 ストレッチ ~ローラーで背中ほぐし~	4/26 キックボクシング(YUKIO)
	15:40~17:30 ・マンツーマン ・ドライヘッドスパ 受付枠 30分3,300円 ※お得な専用チケットも あります。	18:00~18:45 ・マンツーマン ドライヘッドスパ 受付枠 15:40~17:30	14:30~15:20 ヨガ NOZOMI		マンツーマン・ヘッドスパ 14:00~14:40	13:00~13:45 カキラ (ろっ骨エクササイズ) 5.19 ちえみー / 12.26 ごっちゃん。
	18:10~19:10 ヨガ &ローラーで背中ほぐし YOKO	1.15 ピラティス 8.22 ヨガ YOKO	14:40~15:30 ピラティス &ローラーで背中ほぐし YOKO		15:00~16:00 ヨガ 4.18 JUNKO	14:00~14:45 ZUMBA YOKO
		19:00~20:00 ベリーダンス ayishah	マンツーマン ドライヘッドスパ 受付枠 15:30~17:30		4/11 ヨガフロー(引締め) (YOKO) 4/25 筋トレスpecial (KARIN) 月会員1,100円	4/26 14:00~15:00 ディスコソング で踊ろう♪ YOKO 月会員1,100円
		20:10~20:40 ZUMBA YOKO	マンツーマン ドライヘッドスパ 受付枠 15:30~17:30		・マンツーマン ・ドライヘッドスパ 16:10~18:00	【特別有料レッスン】 月会員 1,100円 チケット会員 チケット2枚+550円 都度利用 2,860円
			18:30~19:00 ZUMBA YOKO			・マンツーマン ・ドライヘッドスパ 受付枠 15:00~17:00
			19:15~20:05 2.16 ヨガ 9.23 ピラティス &ローラーで背中ほぐし YOKO			

◇4/29(祝)30(木)は別スケジュールです。

★ 先月と変わっています。

シューズ不要。
水分・タオルをお持ちください。

室内用シューズ・水分・タオル
をお持ちください。

【オンラインレッスンできます】
マット系レッスン(黄色枠)はオンライン中継できま
す！(LINEでご予約ください)
オンラインは、レッスン中は参加者の皆さんの声はミュートさせてい
たいただきます。ご自身のビデオはオン・オフ自由です。ご家族でも気
軽にご参加ください。

- ・定員は1クラス10名です。(有酸素系は12名)
- ・発熱、咳、体調がすぐれない場合はお控えください。
- ・祝日は別スケジュールになります。
- ・月末5週目に特別レッスン&マンツーマンDAYがある場合がございます。HPにてご確認ください。



YOKO(ようこ)

LINEでもご予約
お問合せなど
お気軽にどうぞ！



SAKURA公式LINE

【料金のご案内】

月会費プラン	
月8回会員	11,000円(税込) ※お好きなクラス8本選べます。
月4回会員	7,700円(税込) ※お好きなクラスを4本選べます。

※月会費は2ヶ月分先払い。その後口座引落です。(単月不可)初回事務手数料1,100円いただきます。
 ※月会員の追加レッスンは1回あたり1,100円で受けられます。
 ※スタジオまたはオンラインと両方ご利用いただけます。

チケットプラン ※お友達・ご家族とシェアOK	
11枚セット	1000円×11枚セット 11,000円(税込)

※有効期限3ヶ月。有効期限内の次購入は10%引。

都度利用料金	
30分クラス	1,100円(税込)
45~60分クラス	2,310円(税込)



体験のご予約は **048-961-8899**
 越谷市弥生町17-1 越谷ツインシティ A3階

SAKURA 越谷 検索

