

姫路駅前店【1月1日～1月8日スケジュール】

2020年 1月 7日更新

	1月1日(水)	1月2日(木)	1月3日(金)	1月4日(土)	1月5日(日)	1月6日(月)	1月7日(火)	1月8日(水)
9:00	年末年始休業	年末年始休業		9:00～10:00 DEEP RELAX 60 山内	9:00～10:00 肩コリラックスヨガ 國里			
10:00							10:00～11:00 凹ますヨガティス 國里	10:00～11:00 DEEP RELAX 60 山内
11:00				10:30～11:30 スタンダード60 田路	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 黒田			
12:00				12:00～13:00 スリムアッププレス (会員様限定)山内	12:00～12:45 Beat Drum Diet 國里		11:30～12:30 スタンダード60 田路	11:30～12:30 背中美人ヨガ 田路
13:00							13:00～14:00 腸活ヨガ 國里	13:00～14:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 山内
14:00			13:30～14:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 川野	13:30～14:30 Sound Feel Yoga 國里	13:30～14:30 骨盤矯正ヨガ 川野			
15:00							14:30～15:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 田路	14:30～15:30 リンパデトックスヨガ 田路
16:00			15:00～16:00 SUMO YOGA 黒田	15:00～16:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 田路	15:00～16:00 スタンダード60 黒田			
17:00			16:30～17:30 リンパデトックスヨガ 田路	16:30～17:30 腸活ヨガ 國里	16:30～17:30 ホットピラティス 川野			
18:00			18:00～19:00 はじめてのハワーク (会員様限定)川野				18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 黒田	18:00～19:00 スタンダード60 川野
19:00								
20:00							19:30～21:00 EX/パワーヨガ (会員様限定)山内	19:30～20:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 川野
21:00								21:00～22:00 凹ますヨガティス 川野
22:00								

姫路駅前店【1月9日～1月16日スケジュール】

	1月9日(木)	1月10日(金)	1月11日(土)	1月12日(日)	1月13日(月)	1月14日(火)	1月15日(水)	1月16日(木)
9:00			9:00～10:00 リンパデトックスヨガ 田路	9:00～10:10 ディーププレスヨガ (会員様限定)國里				
10:00	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 大関	10:00～11:00 スタンダード60 川野	10:30～11:30 背中美人ヨガ 田路	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 山内		10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 川野	10:00～11:00 スリムアッププレス (会員様限定)山内	10:00～11:00 スタンダード60 田路
11:00								
12:00	11:30～12:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 大関	11:30～12:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)川野	12:00～13:00 SUMO YOGA 國里	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 國里		11:30～12:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 川野	11:30～12:30 ホットピラティス 山内	11:30～12:30 背中美人ヨガ 田路
13:00	13:00～14:00 スタンダード60 田路	13:00～14:00 フェイスアップヨガ 山内	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 國里	13:30～14:30 Sound Feel Yoga 谷岡		13:00～14:00 SUMO YOGA 大関	13:00～14:00 スタンダード60 川野	13:00～14:00 肩コリラックスヨガ 國里
14:00	14:30～15:30 Sound Feel Yoga 國里						14:30～15:30 はじめてのハワーク (会員様限定)川野	
15:00			15:00～16:00 スタンダード60 田路	15:00～16:00 腸活ヨガ 國里				
16:00								
17:00			16:30～17:30 セトル美脚ヨガ 國里	16:30～17:30 スタンダード60 谷岡				
18:00	18:00～19:00 セトル美脚ヨガ 國里	18:00～19:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 田路		18:00～19:00 ダイエットヨガ (会員様限定)山内		18:00～19:00 スタンダード60 田路	18:00～19:00 凹ますヨガティス 川野	18:00～19:00 骨盤矯正ヨガ 川野
19:00								
20:00	19:30～20:30 はじめてのハワーク (会員様限定)川野	19:30～20:30 肩コリラックスヨガ 國里				19:30～20:30 Sound Feel Yoga 大関	19:30～20:30 スタンダード60 山内	19:30～20:15 Beat Drum Diet 國里
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 川野	21:00～22:00 スリムアッププレス (会員様限定)山内				21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 田路	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 川野	21:00～22:00 フェイスアップヨガ 川野
22:00								

【予約・お問い合わせ・キャンセル受付コールセンター】

専用ダイヤル:0570-666-969 (平日/土曜日 受付時間 8:30～21:00)
(日曜日/祝日 受付時間 8:30～19:00)

※上記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)

◆病気や事故等によりインストラクターの変更がある場合がございます。

◆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2回以上で、翌月の予約可能回数が1回ずつに制限されます。

※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。

姫路駅前店【1月17日～1月24日スケジュール】

	1月17日(金)	1月18日(土)	1月19日(日)	1月20日(月)	1月21日(火)	1月22日(水)	1月23日(木)	1月24日(金)
9:00		9:00～10:00 フェイスアップヨガ 大関	9:00～10:00 リンパデトックスヨガ 山内	定 休 日				
10:00	10:00～11:00 背中美人ヨガ 田路				10:00～11:00 腸活ヨガ 國里	10:00～11:30 アド/ンス90 (会員様限定) 國里	10:00～11:00 Sound Feel Yoga 大関	10:00～11:00 スタンダード60 田路
11:00		10:30～11:30 アロマリラクセスヨガ HARVAL RELAX 山内	10:30～11:30 SUMO YOGA 國里					
	11:30～12:30 スタンダード60 川野				11:30～12:40 ディープブレスヨガ (会員様限定)山内		11:30～12:30 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST 川野	11:30～12:30 リンパデトックスヨガ 田路
12:00		12:00～13:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)大関	12:00～13:00 DEEP RELAX 60 山内					
13:00	13:00～14:00 リンパデトックスヨガ 田路				13:00～14:00 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET 川野	13:00～14:00 SUMO YOGA 國里	13:00～14:00 リンパデトックスヨガ 大関	13:00～14:00 凹ますヨガティス 川野
		13:30～14:30 リンパデトックスヨガ 山内	13:30～14:30 凹ますヨガティス 國里					
14:00								
	14:30～15:30 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET 川野					14:30～15:30 スタンダード60 山内	14:30～15:30 フェイスアップヨガ 川野	
15:00		15:00～16:00 背中美人ヨガ 田路	15:00～16:00 スタンダード60 山内					
16:00								
		16:30～17:30 ホットピラティス 山内	16:30～17:30 肩コリラクセスヨガ 國里					
17:00								
18:00	18:00～19:00 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST 國里	18:00～19:00 スタンダード60 田路			18:00～19:00 背中美人ヨガ 田路	18:00～19:00 骨盤矯正ヨガ 川野	18:00～19:00 アロマリラクセスヨガ HARVAL RELAX 川野	18:00～19:00 スタンダード60 未定
19:00								
	19:30～20:30 腸活ヨガ 國里				19:30～20:30 フェイスアップヨガ 川野	19:30～20:30 DEEP RELAX 60 山内	19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 田路	19:30～20:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)川野
20:00								
21:00	21:00～22:00 ダイエットヨガ (会員様限定)山内				21:00～22:00 スタンダード60 田路	21:00～22:00 ホットピラティス 川野	21:00～22:00 背中美人ヨガ 田路	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 未定
22:00								

姫路駅前店【1月25日～1月31日スケジュール】

	1月25日(土)	1月26日(日)	1月27日(月)	1月28日(火)	1月29日(水)	1月30日(木)	1月31日(金)
9:00	9:00～10:00 スタンダード60 田路	9:00～10:00 セルトル美胸ヨガ 國里	定 休 日				
10:00				10:00～11:00 ホットピラティス 山内	10:00～11:00 DEEP RELAX 60 山内	10:00～11:00 フェイスアップヨガ 川野	10:00～11:00 アロマリラクセスヨガ HARVAL RELAX 田路
	10:30～11:30 背中美人ヨガ 田路	10:30～11:30 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST 川野					
11:00							
				11:30～12:30 リンパデトックスヨガ 田路	11:30～12:30 スタンダード60 田路	11:30～12:30 肩コリラクセスヨガ 國里	11:30～12:30 ホットピラティス 川野
12:00	12:00～13:00 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET 國里	12:00～13:00 腸活ヨガ 國里					
13:00				13:00～14:00 スタンダード60 田路	13:00～14:00 ダイエットヨガ (会員様限定)山内	13:00～14:00 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET 川野	13:00～14:00 背中美人ヨガ 田路
	13:30～14:30 リンパデトックスヨガ 田路	13:30～14:30 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)川野					
14:00					14:30～15:30 リンパデトックスヨガ 田路	14:30～15:15 Beat Drum Diet 國里	14:30～15:30 骨盤矯正ヨガ 川野
15:00	15:00～16:00 肩コリラクセスヨガ 國里	15:00～16:00 ホットピラティス 山内					
16:00							
	16:30～17:30 SUMO YOGA 國里	16:30～17:30 スタンダード60 田路					
17:00							
18:00		18:00～19:00 スリムアップブレス (会員様限定)山内		18:00～19:00 アロマリラクセスヨガ HARVAL RELAX 川野	18:00～19:00 Sound Feel Yoga 谷岡	18:00～19:00 スリムアップブレス (会員様限定)山内	18:00～19:00 スタンダード60 山内
19:00							
				19:30～20:30 スタンダード60 田路	19:30～20:30 SUMO YOGA 國里	19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 山内	19:30～20:40 ディープブレスヨガ (会員様限定)國里
20:00							
21:00				21:00～22:00 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)川野	21:00～22:00 肩コリラクセスヨガ 國里	21:00～22:00 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST 國里	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 山内
22:00							

【予約・お問い合わせ・キャンセル受付コールセンター】

専用ダイヤル:0570-888-989 (平日/土曜日 受付時間 8:30～21:00)

(日曜日/祝日 受付時間 8:30～19:00)

※上記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)

◆当日にキャンセルをされる場合はレッスンの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。

◆病気や事故等によりインストラクターの変更がある場合がございます。

※時間外キャンセルが月に2回以上で、翌月の予約可能回数が1回ずつに制限されます。
※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。