

ゆめタウン光の森店【3月1日～3月8日スケジュール】

2020年 2月 15日更新

	3月 1日(日)	3月 2日(月)	3月 3日(火)	3月 4日(水)	3月 5日(木)	3月 6日(金)	3月 7日(土)	3月 8日(日)
9:00								
10:00	10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 西条		10:00～11:00 スタンダード60 田平	10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 向竹	10:00～11:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)山尾	10:00～11:00 スタンダード60 荒牧	10:00～11:00 背中美人ヨガ 西条	
11:00								
12:00	11:45～12:45 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 荒牧		11:45～12:45 セルトル美脚ヨガ 小城	11:45～12:45 スタンダード60 田平	11:45～12:45 肩コリラックスヨガ 山尾	11:45～12:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 荒牧	11:45～12:45 骨盤矯正ヨガ 西条	
13:00								
14:00	13:30～14:30 凹ますヨガティス 山尾		13:30～14:30 ホットピラティス 田平	13:30～14:30 セルトル美脚ヨガ 向竹	13:30～14:30 SUMO YOGA 小城	13:30～14:30 リンパデトックスヨガ 山尾	13:30～14:30 DEEP RELAX 60 田平	
15:00	15:15～16:15 腸活ヨガ 西条						15:15～16:15 はじめてのハーヨガ (会員様限定)山尾	
16:00								
17:00	17:00～18:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 荒牧		17:00～18:00 スタンダード60 荒牧	17:00～18:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 荒牧	17:00～18:00 スタンダード60 田平	17:00～18:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 荒牧	17:00～18:00 セルトル美脚ヨガ 小城	
18:00								
19:00			18:45～19:45 フェイスアップヨガ 山尾	18:45～19:45 ホットピラティス 田平	18:45～19:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 田平	18:45～19:45 背中美人ヨガ 山尾		
20:00								
21:00	20:30～21:30 はじめてのハーヨガ (会員様限定)山尾		20:30～21:30 スタンダード60 荒牧	20:30～21:30 スリムアッププレス (会員様限定)小城	20:30～21:30 肩コリラックスヨガ 山尾			
22:00								

臨時休業

ゆめタウン光の森店【3月9日～3月15日スケジュール】

	3月 9日(月)	3月 10日(火)	3月 11日(水)	3月 12日(木)	3月 13日(金)	3月 14日(土)	3月 15日(日)
9:00							
10:00		10:00～11:00 スリムアッププレス (会員様限定)小城	10:00～11:00 肩コリラックスヨガ 山尾	10:00～11:00 凹ますヨガティス 山尾	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 小城	10:00～11:00 Sound Feel Yoga 小城	10:00～11:30 アドバанс90 (会員様限定) 山尾
11:00			14				
12:00		11:45～12:45 リンパデトックスヨガ 小城	11:45～12:45 背中美人ヨガ 山尾	11:45～12:45 スタンダード60 未定	11:45～12:45 セルトル美脚ヨガ 小城	11:45～12:45 リンパデトックスヨガ 小城	12:15～13:15 スタンダード60 未定
13:00							
14:00		13:30～14:30 スタンダード60 未定	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 田平	13:30～14:30 フェイスアップヨガ 山尾	13:30～14:30 スタンダード60 田平	13:30～14:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 荒牧	14:00～15:00 ココカラガリセッショナ 荒牧
15:00							
16:00							15:45～16:45 肩コリラックスヨガ 山尾
17:00		17:00～18:00 ココカラガリセッショナ 荒牧	17:00～18:00 スタンダード60 田平	17:00～18:00 背中美人ヨガ 山尾	17:00～18:00 ホットピラティス 田平	17:00～18:00 DEEP RELAX 60 田平	17:30～18:30 スタンダード60 未定
18:00							
19:00		18:45～19:45 Sound Feel Yoga 小城	18:45～19:45 リンパデトックスヨガ 小城	18:45～19:45 スタンダード60 未定	18:45～19:45 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 田平		
20:00							
21:00		20:30～21:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 荒牧	20:30～21:30 SUMO YOGA 小城	20:30～21:30 ホットピラティス 田平	20:30～21:30 スタンダード60 未定		
22:00							

【予約・お問い合わせ・キャンセル受付センター】

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)

◆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。

◆ご予約されたレッスンをキャンセル、又は変更される場合は

1時間前迄にご連絡をお願い致します。

◆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

インターホート及びコールセンターにてキャンセル料金を受け取れます。

※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は、時間外キャンセルとなります。

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

※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。

◆SURF EXERCISE(Basic Balance, Beauty lower body, CORE Beginner)はSURF会員様限定のレッスンです。

※ロープの会員様は追加受講料がかかります。

ゆめタウン光の森店【3月16日～3月23日スケジュール】

	3月 16日(月)	3月 17日(火)	3月 18日(水)	3月 19日(木)	3月 20日(金)	3月 21日(土)	3月 22日(日)	3月 23日(月)
定 休 日								
		10:00～11:00 コロカラリセトヨガ 荒牧	10:00～11:00 スタンダード60 未定	10:00～11:00 スタンダード60 未定	10:00～11:00 SUMO YOGA 小城	10:00～11:00 はじめてのハーヨガ (会員様限定)山尾	10:00～11:00 背中美人ヨガ 田平	
	11:45～12:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 荒牧	11:45～12:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 荒牧	11:45～12:45 セルトル美脚ヨガ 小城	11:45～12:45 リンドバトックスヨガ 小城	11:45～12:45 DEEP RELAX 60 田平	11:45～12:45 肩コリラックスヨガ 山尾		
	13:30～14:30 リンバトックスヨガ 小城	13:30～14:30 コロカラリセトヨガ 荒牧	13:30～14:30 リンバトックスヨガ 小城	13:30～14:30 ホットピラティス 田平	13:30～14:30 背中美人ヨガ 田平	13:30～14:30 スタンダード60 未定		
					15:15～16:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 田平	15:15～16:15 Sound Feel Yoga 小城	15:15～16:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)荒牧	
	17:00～18:00 ホットピラティス 田平	17:00～18:30 アドバンス90 (会員様限定) 山尾	17:00～18:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 田平	17:00～18:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 荒牧	17:00～18:00 スタンダード60 未定	17:00～18:00 コロカラリセトヨガ 荒牧		
	18:45～19:45 スタンダード60 未定	19:15～20:15 リンバトックスヨガ 小城	18:45～19:45 ホットピラティス 田平					
	20:30～21:30 ダイエットヨガ (会員様限定)山尾	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 田平	20:30～21:30 コロカラリセトヨガ 荒牧					

ゆめタウン光の森店【3月24日～3月31日スケジュール】

	3月 24日(火)	3月 25日(水)	3月 26日(木)	3月 27日(金)	3月 28日(土)	3月 29日(日)	3月 30日(月)	3月 31日(火)
定 休 日								
		10:00～11:00 コロカラリセトヨガ 荒牧	10:00～11:00 スタンダード60 未定	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 荒牧	10:00～11:00 スリムアッププレス (会員様限定)小城	10:00～11:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 荒牧	10:00～11:00 肩コリラックスヨガ 山尾	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 田平
		11:45～12:45 スタンダード60 未定	11:45～12:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)荒牧	11:45～12:45 リンバトックスヨガ 小城	11:45～12:45 コロカラリセトヨガ 荒牧	11:45～12:45 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 荒牧	11:45～12:45 スタンダード60 未定	11:45～12:45 背中美人ヨガ 田平
		13:30～14:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 荒牧	13:30～14:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 荒牧	13:30～14:30 スタンダード60 荒牧	13:30～14:30 リンバトックスヨガ 小城	13:30～14:30 セルトル美脚ヨガ 小城	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 田平	13:30～14:30 スタンダード60 未定
						15:15～16:15 ホットピラティス 田平	15:15～16:15 はじめのハーヨガ (会員様限定)山尾	
		17:00～18:00 セルトル美脚ヨガ 小城	17:00～18:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 田平	17:00～18:00 ディープレスヨガ (会員様限定)小城	17:00～18:00 スタンダード60 未定	17:00～18:00 スタンダード60 未定	17:00～18:00 ホットピラティス 田平	17:30～18:30 Sound Feel Yoga 小城
		18:45～19:45 ホットピラティス 田平	18:45～19:45 リンバトックスヨガ 小城	18:45～19:45 背中美人ヨガ 田平	18:45～19:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 荒牧		18:45～19:45 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 荒牧	
		20:30～21:40 ディープレスヨガ (会員様限定)小城	20:30～21:30 凹ますヨガティス 山尾	20:30～21:30 肩コリラックスヨガ 山尾	20:30～21:30 ダイエットヨガ (会員様限定)山尾		20:30～21:30 コロカラリセトヨガ 荒牧	

【予約・お問い合わせ・キャンセル受付センター】

専用ダイヤル: 0570-866-968
(平日/土曜日 受付時間 8:30～21:00)
(日曜日/祝日 受付時間 8:30～18:00)

*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。

◆ご予約されたレッスンをキャンセル、又は変更される場合は

1時間前迄にご連絡をお願い致します。

◆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

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は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。

◆SURF EXERCISE(Basic, Balance, Beauty lower body, CORE Beginner)はSURF会員様限定のレッスンです。

※ロープの会員様は追加受講料がかかります。