

ラスパ太田川店【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	10:30～11:30 スタンダード60 長坂		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 長坂	10:30～11:30 スタンダード60 長坂	10:30～11:30 DEEP RELAX 60 小幡	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 永田	10:30～11:40 ディーププレスヨガ (会員様限定)永田
11:00							
12:00							
13:00	12:30～13:30 セルトル美脚ヨガ 市野		12:30～13:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 永田	12:30～13:30 Sound Feel Yoga 小幡	12:30～13:30 ダイエッショガ (会員様限定)永田	12:30～13:30 脚活ヨガ 永田	12:30～13:30 スタンダード60 長坂
14:00	14:00～15:00 SUMO YOGA 小幡			14:00～15:00 スタンダード60 長坂	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 市野		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 永田
15:00							
16:00	16:00～17:00 スタンダード60 長坂					16:00～17:00 SUMO YOGA 小幡	16:00～17:00 痩せる身体をつくる ダイエッショガ (会員様限定)市野
17:00							
18:00		18:00～19:00 スタンダード60 小幡			18:00～19:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 長坂	18:00～19:00 スタンダード60 長坂	
19:00			19:00～20:00 ホットピラティス 永田	19:00～20:00 青中美人ヨガ 小幡	19:00～20:00 スタンダード60 長坂	19:20～20:20 リンパデトックスヨガ 市野	
20:00							
21:00		20:50～21:50 DEEP RELAX 60 小幡	20:50～21:50 美姿勢 アンチエイジングヨガ 永田	20:50～21:50 痩せる身体をつくる ダイエッショガ (会員様限定)市野	20:50～21:50 スタンダード60 長坂		
22:00							

定
休
日

ラスパ太田川店【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	10:30～11:30 青中美人ヨガ 小幡	10:30～11:30 SUMO YOGA 小幡	10:30～11:30 スタンダード60 長坂	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 永田	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 市野	10:30～11:45 Rain Yoga 長坂
11:00						
12:00	12:30～13:30 スタンダード60 長坂	12:30～13:30 肩コリラックスヨガ 永田	12:30～13:30 スタンダード60 市野	12:30～13:30 SUMO YOGA 小幡	12:30～13:30 青中美人ヨガ 小幡	12:15～13:45 心の声に気づくWS 小幡
13:00						
14:00		14:00～15:00 DEEP RELAX 60 小幡	14:00～15:00 Sound Feel Yoga 市野		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 長坂	14:15～15:30 ココカラダリセッショガ 市野
15:00						
16:00						15:50～17:20 つながりひろがるWS 永田
17:00						
18:00		18:00～19:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 長坂		18:00～19:00 セルトル美脚ヨガ 市野		17:45～19:00 ココカラダリセッショガ 市野
19:00			19:00～20:00 ホットピラティス 永田	19:00～20:00 骨盤矯正ヨガ 市野	19:20～20:20 スタンダード60 小幡	
20:00						
21:00		20:50～21:35 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 永田	20:50～21:50 スタンダード60 長坂	20:50～21:50 ダイエッショガ (会員様限定)永田	20:50～21:50 リンパデトックスヨガ 市野	
22:00						

定
休
日

【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: 0570-888-889 (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)	◆当日にキャンセルがされる場合はレッスン開始の1時間前まで キャンセル・トット、及びメールセンターにてキャンセルを受け取れます。 ※レッスン開始時間より1時間前まで遅れてからのキャンセルは時間外キャンセルとなります。 ※キャンセルがされた場合は、キャンセル料金が発生する場合があります。 ※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、【キャンセル待ち期間】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。
---	---

◆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。

ラスパ太田川店【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)
9:00	定 休 日						
10:00		10:30～11:30 スタンダード60 未定	10:30～11:30 ホットピラティス 永田	10:30～11:30 脚活ヨガ 永田	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 永田	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 市野	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 市野
11:00							
12:00		12:30～13:30 骨盤矯正ヨガ 市野	12:30～13:30 スタンダード60 未定	12:30～13:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 長坂	12:30～13:30 背中美人ヨガ 小幡	12:30～13:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 長坂	12:30～13:30 背中美人ヨガ 小幡
13:00							
14:00		14:00～15:00 Sound Feel Yoga 小幡	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 永田	14:00～15:30 E&Pワーキング (会員様限定) 永田	14:00～15:00 ココカラガリセトヨガ 市野	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 市野	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 永田
15:00							
16:00				16:00～17:00 スタンダード60 未定	16:00～17:00 スタンダード60 未定	16:00～17:00 フェイスアップヨガ 長坂	
17:00				17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)市野	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 長坂	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 永田	
18:00		18:00～19:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 永田	18:00～19:00 DEEP RELAX 60 小幡	18:00～19:00 スタンダード60 未定			
19:00		19:20～20:20 SUMO YOGA 小幡	19:20～20:20 スタンダード60 長坂	19:20～20:20 セルトル美脚ヨガ 小幡			
20:00							
21:00		20:50～21:50 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 長坂	20:50～21:50 SUMO YOGA 小幡	20:50～21:50 スタンダード60 長坂			
22:00							

ラスパ太田川店【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)
9:00	定 休 日						
10:00		10:30～11:30 DEEP RELAX 60 小幡	10:30～11:30 背中美人ヨガ 小幡	10:30～11:30 フェイスアップヨガ 長坂	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 永田	10:30～11:30 スタンダード60 長坂	10:30～11:30 はじめのバリゴガ (会員様限定)市野
11:00							
12:00		12:30～13:30 スタンダード60 長坂	12:30～13:30 ホットピラティス 永田	12:30～13:30 スタンダード60 未定	12:30～13:30 骨盤矯正ヨガ 市野	12:30～13:30 ココカラガリセトヨガ 市野	12:30～13:30 肩コリラックスヨガ 永田
13:00							
14:00		14:00～15:00 SUMO YOGA 小幡	14:00～15:00 スタンダード60 小幡	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 長坂	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 永田	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 小幡	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 市野
15:00							
16:00							
17:00							
18:00		18:00～19:00 肩コリラックスヨガ 永田	18:00～19:00 スタンダード60 未定	18:00～19:00 セルトル美脚ヨガ 市野	18:00～19:00 SUMO YOGA 小幡		18:00～19:00 Sound Feel Yoga 小幡
19:00		19:20～20:20 スタンダード60 未定	19:20～20:20 美姿勢 アンチエイジングヨガ 永田	19:20～20:20 脚活ヨガ 永田	19:20～20:20 スタンダード60 未定		19:20～20:20 スタンダード60 未定
20:00							
21:00		20:50～21:50 ダイエットヨガ (会員様限定)永田	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 長坂	20:50～21:50 Sound Feel Yoga 市野	20:50～21:50 背中美人ヨガ 小幡		20:50～21:50 ダイエットヨガ (会員様限定)永田
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: 0570-666-669 (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)

◆宿泊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。

※レッスン開始時間より1時間前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回づつに制限されます。

※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。