

ゆめタウン姫路店【12月1日～12月8日スケジュール】

2020年 11月 15日更新

	12月 1日(火)	12月 2日(水)	12月 3日(木)	12月 4日(金)	12月 5日(土)	12月 6日(日)	12月 7日(月)	12月 8日(火)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 瘦せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)大開	10:30～11:30 はじめてのハ「ワ」-ヨガ (会員様限定)鳥山		10:30～11:30 腸活ヨガ 前田	10:30～11:30 スタンダード60 永山	10:30～11:20 全身MAX 鳥山		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 寺前
12:00	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 永山	12:15～13:15 ココロが「リセット」 寺前		12:15～13:15 SUMO YOGA 大開	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 寺前	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 寺前		12:15～13:15 スタンダード60 永山
13:00							定 休 日	
14:00	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 大開	14:00～15:00 腸活ヨガ 前田		14:00～15:00 スタンダード60 永山	14:00～15:00 Sound Feel Yoga 大開	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 寺前		14:00～15:00 ダイエットヨガ (会員様限定)大開
15:00								
16:00					15:45～16:45 肩コリラックスヨガ 鳥山	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 大開		
17:00								
18:00	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 鳥山	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 寺前	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 永山	17:30～18:30 背中美人ヨガ 大開	17:30～18:30 フェイスアップヨガ 大開			17:30～18:30 はじめてのハ「ワ」-ヨガ (会員様限定)鳥山
19:00								
20:00	19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 鳥山	19:15～20:15 スタンダード60 永山	19:15～20:05 全身MAX 鳥山	19:15～20:15 ココロが「リセット」 寺前		19:00～20:00 はじめてのハ「ワ」-ヨガ (会員様限定)鳥山		19:15～20:15 ココロが「リセット」 寺前
21:00	21:00～22:00 ココロが「リセット」 寺前	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 永山	21:00～22:00 スタンダード60 永山	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 寺前				21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 鳥山
22:00								

ゆめタウン姫路店【12月9日～12月15日スケジュール】

	12月 9日(水)	12月 10日(木)	12月 11日(金)	12月 12日(土)	12月 13日(日)	12月 14日(月)	12月 15日(火)	
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 SUMO YOGA 大開		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 寺前	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 寺前	10:30～11:30 スタンダード60 永山		10:30～11:20 全身MAX 鳥山	
12:00	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 寺前		12:15～13:15 ココロが「リセット」 寺前	12:15～13:15 背中美人ヨガ 大開	12:15～13:15 ホットピラティス 園星		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 寺前	
13:00								
14:00	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 大開		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 永山	14:00～14:50 全身MAX 鳥山	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 寺前		14:00～15:00 ココロが「リセット」 寺前	
15:00						定 休 日		
16:00				15:45～16:45 ココロが「リセット」 寺前	15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 園星			
17:00								
18:00	17:30～18:30 スタンダード60 永山	17:30～18:20 全身MAX 鳥山	17:30～18:30 フェイスアップヨガ 大開	17:30～18:30 SUMO YOGA 大開				17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 永山
19:00								
20:00	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 永山	19:15～20:15 スタンダード60 永山	19:15～20:15 はじめてのハ「ワ」-ヨガ (会員様限定)鳥山	19:00～20:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 鳥山				19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 大開
21:00	21:00～21:50 全身MAX 鳥山	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 鳥山	21:00～22:00 瘦せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)大開					21:00～22:00 Sound Feel Yoga 大開
22:00								

【お問い合わせコールセンター】 0570-666-969 営業時間 9:00～18:00 ※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。
 - ◆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。
 - ◆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二回以上で、翌月の予約可能回数が一回ずつに制限されます。
- ※キャンセル料は発生致しません。時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承下さい。

レッスンのWEB予約はこちらから▶



ゆめタウン姫路店【12月16日～12月23日スケジュール】

	12月 16日(水)	12月 17日(木)	12月 18日(金)	12月 19日(土)	12月 20日(日)	12月 21日(月)	12月 22日(火)	12月 23日(水)	
9:00						定 休 日			
10:00									
11:00	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 大園		10:30～11:30 ココロが'リセットが' 寺前	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 寺前	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 永山			10:30～11:30 SUMO YOGA 大園	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 園里
12:00	12:15～13:15 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 大園		12:15～13:15 背中美人ヨガ 大園	12:15～15:15 スタンダード60 永山	12:15～13:15 Sound Feel Yoga 大園			12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 轟山	12:15～13:15 スタンダード60 永山
13:00									
14:00	14:00～16:00 リンパデトックスヨガ 永山		14:00～16:00 骨盤矯正ヨガ 寺前	14:00～16:00 はじめての'ハ'ワ-3が' (会員様限定)轟山	14:00～14:50 全身MAX 轟山			14:00～15:00 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 大園	14:00～15:00 ホットピラティス 園里
15:00									
16:00				15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 永山	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 大園				
17:00									
18:00	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 轟山	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 園里	17:30～18:20 全身MAX 轟山	17:30～18:30 ココロが'リセットが' 寺前				17:30～18:30 スタンダード60 永山	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 永山
19:00									
20:00	19:15～20:15 スタンダード60 永山	19:15～20:15 ホットピラティス 園里	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 永山		19:00～20:00 肩コリラックスヨガ 轟山			19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 寺前	19:15～20:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 轟山
21:00	21:00～22:00 はじめての'ハ'ワ-3が' (会員様限定)轟山	21:00～22:00 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 大園	21:00～22:00 スタンダード60 永山					21:00～22:00 ココロが'リセットが' 寺前	21:00～22:00 ダイエットヨガ (会員様限定)大園
22:00									

ゆめタウン姫路店【12月24日～12月31日スケジュール】

	12月 24日(木)	12月 25日(金)	12月 26日(土)	12月 27日(日)	12月 28日(月)	12月 29日(火)	12月 30日(水)	12月 31日(木)
9:00								
10:00						10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 永山		
11:00		10:30～11:30 Sound Feel Yoga 大園	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 轟山	10:30～11:30 スタンダード60 永山				
12:00		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 永山	12:15～13:15 ココロが'リセットが' 寺前	12:15～13:15 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 大園		12:15～13:15 ココロが'リセットが' 寺前		
13:00								
14:00		14:00～15:00 フェイスアップヨガ 大園	14:00～15:00 スタンダード60 永山	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 轟山		14:00～15:00 はじめての'ハ'ワ-3が' (会員様限定)轟山		
15:00								
16:00			15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 寺前	15:45～16:45 SUMO YOGA 大園		15:45～17:45 108回太極礼拝 (会員様限定) ※常温 寺前		
17:00								
18:00	17:30～18:30 産せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)大園	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 轟山	17:30～18:20 全身MAX 轟山					
19:00			19:00～20:00 リンパデトックスヨガ 永山					
20:00	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 寺前	19:15～20:15 ココロが'リセットが' 寺前						
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 大園	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 寺前						
22:00								

【お問い合わせコールセンター】 0570-666-969 営業時間 9:00～18:00 ※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。
 - ◆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。
 - ◆当日にキャンセルをされる場合はレッスンの開始の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二回以上で、翌月の予約可能回数が一回ずつに制限されます。
- ※キャンセル料は発生致しません。時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承下さい。

レッスンのWEB予約はこちらから▶

