

姫路駅前店【3月1日～3月8日スケジュール】

2020年 3月 1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 | 9:00～9:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 園里 | 定 休 日 | | | | | 9:00～10:00 肩コリラックスヨガ 園里 | 臨 時 休 業 |
| 10:00 | | | 10:00～11:00 スタンダード60 田路 | 10:00～11:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 黒田 | 10:00～11:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 川野 | 10:00～11:00 SUMO YOGA 園里 | | |
| 11:00 | 10:45～11:45 セルトル美脚ヨガ 黒田 | | | | | | 10:45～11:45 スタンダード60 黒田 | |
| 12:00 | | | 11:45～12:45 肩コリラックスヨガ 田路 | 11:45～12:45 DEEP RELAX 60 山内 | 11:45～12:45 ホットピラティス 山内 | 11:45～12:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 園里 | 12:30～13:30 ダイエットヨガ (会員様限定)園里 | |
| 13:00 | 12:30～13:30 腸活ヨガ 園里 | | | | | | | |
| 14:00 | 14:15～15:25 ディープブレスヨガ (会員様限定)山内 | | 13:30～14:30 セルトル美脚ヨガ 黒田 | 13:30～14:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 園里 | 13:30～14:30 フェイスアップヨガ 川野 | 13:30～14:30 リンパデトックスヨガ 山内 | 14:15～15:15 骨盤矯正ヨガ 川野 | |
| 15:00 | | | | | | | | |
| 16:00 | 16:00～17:00 スタンダード60 黒田 | | | | | | 16:00～17:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 黒田 | |
| 17:00 | | | | | | | | |
| 18:00 | 17:45～18:45 リンパデトックスヨガ 山内 | | 17:30～18:30 凹まずヨガティス 川野 | 17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 田路 | 17:30～18:30 スタンダード60 黒田 | 17:30～18:30 背中美人ヨガ 田路 | 17:45～18:45 はじめてのハ「ー」ヨガ (会員様限定)川野 | |
| 19:00 | | | 19:15～20:15 スタンダード60 黒田 | 19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 川野 | 19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 田路 | 19:15～20:25 ディープブレスヨガ (会員様限定)山内 | | |
| 20:00 | | | | | | | | |
| 21:00 | | | 21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 川野 | 21:00～22:00 Sound Feel Yoga 園里 | 21:00～22:00 SUMO YOGA 黒田 | 21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 田路 | | |
| 22:00 | | | | | | | | |

姫路駅前店【3月9日～3月16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) | 3月16日(月) |
|-------|-------------------------------------|--|---|---|---|--|----------------------------------|-------------|
| 9:00 | | | | | | 9:00～10:00 スタンダード60 黒田 | 9:00～10:00 背中美人ヨガ 田路 | 定 休 日 |
| 10:00 | | 10:00～11:00 ココロカラリセットヨガ 川野 | 10:00～11:30 アドバンス90 (会員様限定) 園里 | 10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 黒田 | 10:00～11:00 スタンダード60 田路 | | | |
| 11:00 | | | | | | 10:45～11:45 Sound Feel Yoga 園里 | 10:45～11:45 リンパデトックスヨガ 山内 | |
| 12:00 | 11:45～12:45 ダイエットヨガ (会員様限定)園里 | | 11:45～12:55 ディープブレスヨガ (会員様限定)山内 | 11:45～12:55 ディープブレスヨガ (会員様限定)山内 | 11:45～12:45 骨盤矯正ヨガ 川野 | | | |
| 13:00 | | | | | | 12:30～13:30 SUMO YOGA 黒田 | 12:30～13:30 スタンダード60 田路 | |
| 14:00 | 13:30～14:30 リンパデトックスヨガ 黒田 | 13:30～14:30 スタンダード60 田路 | 13:30～14:30 SUMO YOGA 黒田 | 13:30～14:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 田路 | | 14:15～15:15 リンパデトックスヨガ 山内 | 14:15～15:15 フェイスアップヨガ 山内 | |
| 15:00 | 定 休 日 | | | | | | | |
| 16:00 | | 16:00～17:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 園里 | 16:00～17:00 凹まずヨガティス 川野 | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | |
| 18:00 | | 17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 山内 | 17:30～18:30 ホットピラティス 山内 | 17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 田路 | 17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 黒田 | 17:45～18:45 ホットピラティス 山内 | 17:45～18:45 ココロカラリセットヨガ 川野 | |
| 19:00 | | | 19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 田路 | 19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 田路 | 19:15～20:15 はじめてのハ「ー」ヨガ (会員様限定)川野 | 19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 園里 | | |
| 20:00 | | | | | | | | |
| 21:00 | | 21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 黒田 | 21:00～22:00 DEEP RELAX 60 山内 | 21:00～22:00 スタンダード60 田路 | 21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 黒田 | | | |
| 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:0570-888-988

(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)

◆病氣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か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【3月17日～3月23日スケジュール】

| | 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 | | | | 9:00～10:00 ココロがリセットヨガ 川野 | 9:00～10:00 腸活ヨガ 園里 | 9:00～10:00 アロマリラクゼーションヨガ HARVAL RELAX 川野 | 定 休 日 |
| 10:00 | 10:00～11:00 ホットピラティス 山内 | 10:00～11:00 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)川野 | 10:00～11:00 アロマリラクゼーションヨガ FRUITY DIET 田路 | | | | |
| 11:00 | | | | 10:45～11:45 セルトル美脚ヨガ 黒田 | 10:45～11:45 スタンダード60 黒田 | 10:45～11:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 黒田 | |
| 12:00 | 11:45～12:45 アロマリラクゼーションヨガ DEEP FOREST 園里 | 11:45～12:45 スタンダード60 田路 | 11:45～12:45 背中美人ヨガ 田路 | | | | |
| 13:00 | | | | 12:30～13:30 アロマリラクゼーションヨガ DEEP FOREST 川野 | 12:30～13:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 園里 | 12:30～13:30 復せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)川野 | |
| 14:00 | 13:30～14:30 スタンダード60 川野 | 13:30～14:30 凹まずヨガティス 川野 | 13:30～14:30 リンパデトックスヨガ 山内 | | | | |
| 15:00 | | | | 14:15～15:15 スリムアッププレス (会員様限定)田路 | 14:15～15:15 骨盤矯正ヨガ 川野 | 14:15～15:15 スタンダード60 黒田 | |
| 16:00 | | | | 16:00～17:00 スタンダード60 黒田 | 16:00～17:00 SUMO YOGA 黒田 | 16:00～17:00 リンパデトックスヨガ 山内 | |
| 17:00 | | | | | | | |
| 18:00 | 17:30～18:30 スタンダード60 田路 | 17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 山内 | 17:30～18:30 SUMO YOGA 黒田 | 17:45～18:45 肩コリラクゼーションヨガ 田路 | 17:45～18:45 フェイスアップヨガ 川野 | 17:45～18:45 Sound Feel Yoga 園里 | |
| 19:00 | 19:15～20:15 ココロがリセットヨガ 川野 | 19:15～20:15 アロマリラクゼーションヨガ HARVAL RELAX 田路 | 19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 山内 | | | | |
| 20:00 | | | | | | | |
| 21:00 | 21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 黒田 | 21:00～22:00 ダイエットヨガ (会員様限定)園里 | 21:00～22:00 スタンダード60 黒田 | | | | |
| 22:00 | | | | | | | |

姫路駅前店【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 | | | | | 9:00～10:00 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)川野 | 9:00～10:00 アロマリラクゼーションヨガ DEEP FOREST 園里 | 定 休 日 | | |
| 10:00 | 10:00～11:00 Sound Feel Yoga 園里 | 10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 山内 | 10:00～11:00 SUMO YOGA 黒田 | 10:00～11:00 アロマリラクゼーションヨガ HARVAL RELAX 田路 | | | | 10:00～11:00 スタンダード60 田路 | |
| 11:00 | | | | | 10:45～11:45 スタンダード60 田路 | 10:45～11:45 リンパデトックスヨガ 山内 | | | |
| 12:00 | 11:45～12:45 美姿勢 アンチエイジングヨガ 黒田 | 11:45～12:45 スリムアッププレス (会員様限定)田路 | 11:45～12:45 骨盤矯正ヨガ 山内 | 11:45～12:45 ココロがリセットヨガ 川野 | | | | | 11:45～12:45 SUMO YOGA 黒田 |
| 13:00 | | | | | 12:30～13:30 アロマリラクゼーションヨガ FRUITY DIET 川野 | 12:30～13:30 ダイエットヨガ (会員様限定)園里 | | | |
| 14:00 | 13:30～14:30 リンパデトックスヨガ 山内 | 13:30～14:30 DEEP RELAX 60 山内 | 13:30～14:30 スタンダード60 黒田 | 13:30～14:30 セルトル美脚ヨガ 黒田 | | | | | 13:30～14:30 復せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)川野 |
| 15:00 | | | | | 14:15～15:45 アドバンス90 (会員様限定) 園里 | 14:15～15:15 スタンダード60 田路 | | | |
| 16:00 | | | | | 17:45～18:45 腸活ヨガ 園里 | 16:00～17:00 凹まずヨガティス 川野 | | | |
| 17:00 | | | | | | | | | |
| 18:00 | 17:30～18:30 アロマリラクゼーションヨガ FRUITY DIET 田路 | 17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 田路 | 17:30～18:30 背中美人ヨガ 田路 | 17:30～18:30 スタンダード60 黒田 | | 17:45～18:45 スリムアッププレス (会員様限定)田路 | | | 17:30～18:30 Sound Feel Yoga 園里 |
| 19:00 | 19:15～20:15 フェイスアップヨガ 川野 | 19:15～20:15 復せる身体をつくる ダイエットヨガ (会員様限定)川野 | 19:15～20:15 ココロがリセットヨガ 川野 | 19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 園里 | | | | | 19:15～20:15 DEEP RELAX 60 山内 |
| 20:00 | | | | | | | | | |
| 21:00 | 21:00～22:00 ディーププレスヨガ (会員様限定)山内 | 21:00～22:00 スタンダード60 黒田 | 21:00～22:00 アロマリラクゼーションヨガ DEEP FOREST 田路 | 21:00～22:00 ホットピラティス 山内 | | | | | 21:00～22:00 腸活ヨガ 園里 |
| 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 8:30～18:00)

※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)

◆病气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。