

## ラスパ太田川店【3月1日～3月8日スケジュール】

2021年 3月 23日更新

3月 1日(月)	3月 2日(火)	3月 3日(水)	3月 4日(木)	3月 5日(金)	3月 6日(土)	3月 7日(日)	3月 8日(月)
9:00							
10:00		10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 上野	10:30～11:30 スタンダード60 上野		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 市野	10:30～11:30 ダイエットヨガ 小田原	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 上野
11:00							
12:00					12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 小田原	12:15～13:15 スタンダード60 上野	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小樽
13:00			12:15～13:15 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 小樽				
14:00		14:00～15:00 スタンダード60 上野	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 上野		14:00～15:00 回ますヨガティス 市野	14:00～15:00 肩活ヨガ 小田原	14:00～15:00 スタンダード60 小田原
15:00							
16:00							
17:00		17:30～18:30 Sound Feel Yoga 市野	17:30～18:30 スタンダード60 小田原	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕貴中Edition 長坂	17:30～18:30 スタンダード60 上野	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 上野	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 長坂
18:00							
19:00		19:15～20:15 腸活ヨガ 小田原	19:15～20:15 SUMO YOGA 小樽	19:15～20:15 背中美人ヨガ 小樽	19:15～20:15 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 小樽	19:00～20:00 フェイスアップヨガ 長坂	15:45～16:45 はじめてのハ'ワ'ヨガ (会員様限定)市野
20:00							
21:00		20:50～21:50 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小樽	20:50～21:50 はじめてのハ'ワ'ヨガ (会員様限定)市野	20:50～21:50 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 長坂	20:50～21:50 肩コリラックスヨガ 上野		
22:00							

## ラスパ太田川店【3月9日～3月16日スケジュール】

3月 9日(火)	3月 10日(水)	3月 11日(木)	3月 12日(金)	3月 13日(土)	3月 14日(日)	3月 15日(月)	3月 16日(火)
9:00							
10:00	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小樽	10:30～11:30 腸活ヨガ 小田原		10:30～11:30 はじめてのハ'ワ'ヨガ (会員様限定)市野	10:30～11:30 ホットピラティス 市野	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕貴中Edition 長坂	10:30～11:30 スタンダード60 上野
11:00							
12:00	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 長坂	12:00～13:00 Sound Feel Yoga 小樽		12:00～13:00 背中美人ヨガ 小樽	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 長坂	12:15～13:15 スタンダード60 上野	12:00～13:00 Sound Feel Yoga 市野
13:00		13:30～14:30 SUMO YOGA 小樽	13:30～14:30 スタンダード60 小田原	13:30～14:30 リンパデトックスヨガ 市野			13:30～14:30 骨盤矯正ヨガ 上野
14:00					14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 市野	14:00～15:00 フェイスアップヨガ 長坂	
15:00	15:00～16:00 スタンダード60 小田原	15:00～16:00 スリムアップブレス 長坂		15:00～16:00 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 上野	15:45～16:45 ココカラゲリセトヨガ 長坂	15:45～16:45 腸活ヨガ 小田原	15:00～16:30 アドバンス90 (会員様限定) 市野
16:00							
17:00							
18:00	18:00～19:00 肩コリラックスヨガ 上野	18:00～19:00 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 上野	18:00～19:00 骨盤矯正ヨガ 市野	18:00～19:00 スリムアップブレス 長坂			18:00～19:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 長坂
19:00							
20:00	19:30～20:30 ダイエットヨガ 小田原	19:30～20:30 ホットピラティス 市野	19:30～20:30 SUMO YOGA 小樽	19:30～20:30 スタンダード60 上野	19:00～20:00 スタンダード60 小田原		19:30～20:30 腸活ヨガ 小田原
21:00	21:00～22:00 ココカラゲリセトヨガ 市野	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 上野	21:00～22:00 回ますヨガティス 市野	21:00～22:00 肩活ヨガ 小田原			21:00～22:00 スリムアップブレス 長坂
22:00							

【お問い合わせセンター】 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)

◆クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。

◆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。

◆当日にキャンセルをされる場合はレッスン開始の一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。

◆レッスン開始時刻一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。

レッスンのWEB予約ははこちらから♪



※キャンセル料は発生致しませんが時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承下さい。

## ラスパ太田川店【3月17日～3月24日スケジュール】

	3月 17日(水)	3月 18日(木)	3月 19日(金)	3月 20日(土)	3月 21日(日)	3月 22日(月)	3月 23日(火)	3月 24日(水)
9:00								
10:00	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 上野		10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 市野	10:30～11:30 ココロカラリセトヨガ 市野	10:30～11:30 爆音ヨガ in アメリカ 小城		10:30～11:30 フェイスアップヨガ 長坂	10:30～11:30 腸活ヨガ 小幡
11:00								
12:00	12:00～13:00 スタンダード60 小田原		12:00～13:00 骨盤矯正ヨガ 上野	12:15～13:15 SUMO YOGA 小幡	12:15～13:15 パワーヨガAdvance in インド 市野		12:00～13:00 スタンダード60 上野	12:00～13:00 スリムアッププレス 長坂
13:00								
14:00	13:30～14:30 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 上野		13:30～14:30 ホットピラティス 市野	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 市野	14:00～15:00 ビーテーリングヨガ in ハワイ 長坂		13:30～14:30 ダイエットヨガ 小幡	13:30～14:30 SUMO YOGA 小幡
15:00	15:00～16:00 ダイエットヨガ 小田原		15:00～16:00 スタンダード60 上野	15:45～16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)市野	15:45～16:45 腸活ヨガ in スウェーデン 小田原		15:00～15:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕膏中Edition 長坂	15:00～16:00 フェイスアップヨガ 長坂
16:00								
17:00					17:30～18:30 背中美人ヨガ 小幡	17:30～18:30 K-POP WORKOUT in 韓国 小幡		
18:00	18:00～19:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小幡	18:00～19:00 ダイエットヨガ 小田原	18:00～19:00 腸活ヨガ 小田原				18:00～19:00 スタンダード60 小田原	18:00～19:00 ダイエットヨガ 小田原
19:00								
20:00	19:30～20:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 長坂	19:30～20:30 Sound Feel Yoga 市野	19:30～20:30 スタンダード60 小田原	19:00～20:00 スタンダード60 上野	19:15～20:15 Rain Yoga in パリ 上野		19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 市野	19:30～20:30 凹ますヨガティス 市野
21:00	21:00～22:00 SUMO YOGA 小幡	21:00～22:00 スタンダード60 小幡	21:00～22:00 背中美人ヨガ 小幡				21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 小田原	21:00～22:00 スタンダード60 小田原
22:00								

## ラスパ太田川店【3月25日～3月31日スケジュール】

	3月 25日(木)	3月 26日(金)	3月 27日(土)	3月 28日(日)	3月 29日(月)	3月 30日(火)	3月 31日(水)
9:00							
10:00			10:30～11:30 腸活ヨガ 小田原	10:30～11:30 スタンダード60 小田原	10:30～11:30 K-POP WORKOUT Dynamite MIX 上野	10:30～11:30 ダイエットヨガ 小田原	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕膏中Edition 長坂
11:00							
12:00			12:00～13:00 SUMO YOGA 小幡	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 上野	12:15～13:15 ダイエットヨガ 小田原	12:00～13:00 リンパデトックスヨガ 上野	12:00～13:00 スタンダード60 小田原
13:00							
14:00			13:30～14:30 ダイエットヨガ 小田原	14:00～15:00 ココロカラリセトヨガ 市野	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 上野	13:30～14:30 スタンダード60 小田原	13:30～14:30 フェイスアップヨガ 長坂
15:00		15:00～16:00 Sound Feel Yoga 小幡				15:00～16:00 スリムアッププレス 長坂	15:00～16:00 腸活ヨガ 小幡
16:00							
17:00				17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕膏中Edition 長坂			
18:00	18:00～19:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 長坂	18:00～19:00 スタンダード60 上野			18:00～19:00 フェイスアップヨガ 長坂	18:00～19:00 スタンダード60 市野	
19:00							
20:00	19:30～20:30 腸活ヨガ 小幡	19:30～20:30 スリムアッププレス 長坂		19:00～20:00 SUMO YOGA 小幡	19:30～20:30 背中美人ヨガ 小幡	19:30～20:30 SUMO YOGA 小幡	
21:00	21:00～22:00 フェイスアップヨガ 長坂	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 上野			21:00～22:00 ココロカラリセトヨガ 市野	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 上野	
22:00							

【お問い合わせセンター】 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)

◆クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。

レッスンのWEB予約は[こちらから](#)♪

◆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一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。

◆レッスン開始時刻一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づつに制限されます。

※キャンセル料は発生致しませんが時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承下さい。

