

ゆめタウン光の森店【5月1日～5月8日スケジュール】

2022年 4月 16日更新

	5月 1日(日)	5月 2日(月)	5月 3日(火)	5月 4日(水)	5月 5日(木)	5月 6日(金)	5月 7日(土)	5月 8日(日)	
9:00		定 休 日							
10:00									
11:00	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 下木			10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 河内	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 下木	10:30～11:40 ディープブレスヨガ 下木	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 鹿川	10:30～11:30 スタンダード60 河内	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 荒牧
12:00									
13:00	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 河内			12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 鹿川	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 河内	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 荒牧		12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 荒牧	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 鹿川
14:00	14:00～15:00 スリムアップブレス 下木			14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 荒牧	14:00～15:00 ホットピラティス 鹿川	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 河内		14:00～15:10 【母の日特別企画】 Mother's Day Yoga 鹿川 河内	14:00～15:00 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)荒牧
15:00									
16:00	15:45～16:45 スタンダード60 河内			15:30～16:30 スタンダード60 河内	15:30～16:30 スリムアップブレス 下木	15:30～16:30 もも尻ヨガティス 下木		16:00～17:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 荒牧	15:45～16:45 ココロカラダリセットヨガ 鹿川
17:00				17:15～18:15 ココロカラダリセットヨガ 鹿川	17:15～18:15 SUMO YOGA 河内	17:15～18:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 荒牧		17:45～18:45 リンパデトックスヨガ 河内	
18:00							18:00～19:00 腸活ヨガ 下木		
19:00				19:00～20:00 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)荒牧	19:00～20:00 スタンダード60 鹿川	19:00～20:00 セルトル美脚ヨガ 河内			
20:00							19:30～20:30 Sound Feel Yoga 河内		
21:00								21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 下木	
22:00									

ゆめタウン光の森店【5月9日～5月15日スケジュール】

	5月 9日(月)	5月 10日(火)	5月 11日(水)	5月 12日(木)	5月 13日(金)	5月 14日(土)	5月 15日(日)
9:00							
10:00		10:30～11:30 肩コリリラックスヨガ 荒牧	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 荒牧	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 河内	10:30～11:30 SUMO YOGA 鹿川	10:30～11:30 肩コリリラックスヨガ 下木	10:30～11:30 スタンダード60 河内
11:00							
12:00	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 鹿川	12:00～13:00 腸活ヨガ 下木	12:00～13:00 スリムアップブレス 下木	12:00～13:00 リンパデトックスヨガ 河内	12:00～13:00 リンパデトックスヨガ 河内	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 鹿川	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 鹿川
13:00							
14:00	13:30～14:30 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)荒牧	13:30～14:30 Sound Feel Yoga 河内	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 鹿川	13:30～14:30 ココロカラダリセットヨガ 鹿川		14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 荒牧	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 河内
15:00	15:00～16:00 スリムアップブレス 下木		15:00～16:00 ココロカラダリセットヨガ 下木				
16:00						15:30～16:30 もも尻ヨガティス 下木	16:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 鹿川
17:00							
18:00		18:00～19:00 スタンダード60 鹿川			17:45～18:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 荒牧	17:15～18:15 ココロカラダリセットヨガ 鹿川	
19:00							19:00～20:00 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)荒牧
20:00	19:30～20:30 免疫セラピーヨガ 荒牧	19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 河内	19:30～20:30 ホットピラティス 鹿川		19:15～20:15 スタンダード60 未定		
21:00	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 河内	21:00～22:00 ココロカラダリセットヨガ 鹿川	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 荒牧		20:45～21:55 ディープブレスヨガ 下木		
22:00							

定  
休  
日

【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)

◆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ずつに制限されます。

※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。

レッスンのWEB予約はこちらから▶



ゆめタウン光の森店【5月16日～5月23日スケジュール】

	5月 16日(月)	5月 17日(火)	5月 18日(水)	5月 19日(木)	5月 20日(金)	5月 21日(土)	5月 22日(日)	5月 23日(月)
9:00								
10:00								
11:00		10:30～11:30 ココカラダリセットヨガ 鹿川	10:30～11:30 スタンダード60 未定	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 河内	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 児玉	10:30～11:30 ダイエットヨガ 下木	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 荒牧	
12:00		12:00～13:00 セルトル美脚ヨガ 河内	12:00～13:00 骨盤矯正ヨガ 河内	12:00～13:00 スタンダード60 未定	12:00～13:00 スリムアッププレス 下木	12:15～13:15 スタンダード60 河内	12:15～13:15 ホットピラティス 下木	
13:00								
14:00		13:30～14:30 スタンダード60 未定	13:30～14:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 荒牧	13:30～14:30 SUMO YOGA 鹿川	13:30～14:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 荒牧	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の勝負中Edition 鹿川	14:00～15:00 スタンダード60 未定	
15:00		15:00～16:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 鹿川		15:00～16:00 リンパデトックスヨガ 河内	15:00～16:00 免疫セラピーヨガ 児玉			
16:00						15:30～16:40 ディーププレスヨガ 下木	15:45～16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 荒牧	
17:00						17:15～18:15 リンパデトックスヨガ 河内		
18:00		18:00～19:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 荒牧	18:00～19:00 ダイエットヨガ 下木	18:00～19:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 荒牧	18:00～19:00 はじめてのハワーク (会員様限定)荒牧			
19:00						19:00～20:00 ココカラダリセットヨガ 鹿川		
20:00		18:30～20:30 Sound Feel Yoga 河内	19:30～20:30 スタンダード60 鹿川	19:30～20:30 ココカラダリセットヨガ 鹿川	19:30～20:30 スタンダード60 未定			
21:00		21:00～22:00 はじめてのハワーク (会員様限定)荒牧	21:00～22:00 腸活ヨガ 下木	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 荒牧	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 鹿川			
22:00								

定休日

定休日

ゆめタウン光の森店【5月24日～5月31日スケジュール】

	5月 24日(火)	5月 25日(水)	5月 26日(木)	5月 27日(金)	5月 28日(土)	5月 29日(日)	5月 30日(月)	5月 31日(火)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 荒牧	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 河内	10:30～11:30 スタンダード60 未定	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 牧嶋	10:30～11:30 はじめてのハワーク (会員様限定)荒牧	10:30～11:30 SUMO YOGA 鹿川		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 鹿川
12:00	12:00～13:00 スタンダード60 河内	12:00～13:00 肩コリラックスヨガ 荒牧	12:00～13:00 Sound Feel Yoga 河内	12:00～13:00 骨盤矯正ヨガ 河内	12:15～13:15 スリムアッププレス 下木	12:15～13:15 スタンダード60 河内		12:00～13:00 骨盤矯正ヨガ 河内
13:00								
14:00	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 鹿川	13:30～14:30 スタンダード60 鹿川	13:30～14:30 腸活ヨガ 下木	13:30～14:30 ダイエットヨガ 下木	14:00～15:00 ホットピラティス 鹿川	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 鹿川		13:30～14:40 ディーププレスヨガ 下木
15:00	15:00～16:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 荒牧	15:00～16:00 リンパデトックスヨガ 河内		15:00～16:00 腸活ヨガ 牧嶋		15:30～16:30 免疫セラピーヨガ 荒牧		
16:00						15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 河内		
17:00								
18:00	18:00～19:00 SUMO YOGA 河内	18:00～19:00 はじめてのハワーク (会員様限定)荒牧	18:00～19:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 荒牧	18:00～19:00 スタンダード60 未定	17:15～18:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 鹿川			18:00～19:00 ダイエットヨガ 下木
19:00					19:00～20:00 スタンダード60 未定			
20:00	19:30～20:30 ココカラダリセットヨガ 鹿川	19:30～20:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 鹿川	19:30～20:30 スリムアッププレス 下木	19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 河内				19:30～20:30 スタンダード60 未定
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 未定	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 下木	21:00～22:00 はじめてのハワーク (会員様限定)荒牧	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 下木				21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の勝負中Edition 荒牧
22:00								

定休日

【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)

◆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。

