

ゆめタウン姫路店【6月1日～6月8日スケジュール】

2022年 5月 15日更新

	6月 1日(水)	6月 2日(木)	6月 3日(金)	6月 4日(土)	6月 5日(日)	6月 6日(月)	6月 7日(火)	6月 8日(水)
9:00								
10:00								
11:00	10:20～11:20 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 川合	10:20～11:20 肩コリラックスヨガ 木村	10:20～11:20 スタンダード60 村松	10:20～11:20 腸活ヨガ 川合	10:20～11:05 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 木村		10:20～11:20 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)山内	10:20～11:20 ダイエットヨガ 山内
12:00	12:00～13:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)山内	12:00～12:45 BEAT CORE HIIT 寺前	12:00～13:00 背中美人ヨガ 山内	12:00～13:00 スタンダード60 村松	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 山内		12:00～13:00 腸活ヨガ 木村	12:00～13:00 スタンダード60 村松
13:00								
14:00	13:40～14:40 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 木村	13:40～14:40 骨盤矯正ヨガ 木村	13:40～14:40 もも尻ヨガティス 川合	13:40～14:40 ココロカラダリセットヨガ 寺前	13:40～14:40 スタンダード60 木村		13:40～14:40 背中美人ヨガ 山内	
15:00								
16:00	15:20～16:20 ホットピラティス 山内			15:20～16:20 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 山内	15:20～16:20 SUMO YOGA 川合	15:20～16:20 スリムアッププレス 山内	15:20～16:20 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 木村	
17:00								
18:00	17:40～18:40 腸活ヨガ 川合		17:10～18:10 リンパデトックスヨガ 寺前	17:40～18:40 スタンダード60 村松	17:00～18:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)寺前		17:40～18:40 骨盤矯正ヨガ 寺前	17:40～18:40 セルトル美脚ヨガ 川合
19:00								
20:00	19:20～20:20 SUMO YOGA 木村		18:50～20:20 EXパワーヨガ (会員様限定)山内	19:20～20:20 美姿勢 アンチエイジングヨガ 川合	18:30～19:30 スタンダード60 村松		19:20～20:20 スタンダード60 村松	19:20～20:20 リンパデトックスヨガ 寺前
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 村松	21:00～22:00 スタンダード60 村松	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 寺前				21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 川合	21:00～22:00 Sound Feel Yoga 木村
22:00								

定
休
日

ゆめタウン姫路店【6月9日～6月15日スケジュール】

	6月 9日(木)	6月 10日(金)	6月 11日(土)	6月 12日(日)	6月 13日(月)	6月 14日(火)	6月 15日(水)
9:00							
10:00							
11:00	10:20～11:20 セルトル美脚ヨガ 寺前	10:20～11:20 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 山内	10:20～11:20 もも尻ヨガティス 川合	10:20～11:20 リンパデトックスヨガ 川合	10:20～11:20 美姿勢 アンチエイジングヨガ 山内	10:20～11:20 SUMO YOGA 木村	
12:00	12:00～13:00 肩コリラックスヨガ 木村	12:00～13:30 アドバイス90 (会員様限定) 川合	12:00～13:00 リンパデトックスヨガ 寺前	12:00～12:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 木村	12:00～13:00 スタンダード60 村松	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 山内	
13:00							
14:00	13:40～14:50 ディープレスヨガ 寺前		14:10～15:10 スリムアッププレス 山内	13:40～14:40 スタンダード60 川合	13:40～14:40 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 川合	13:40～14:40 Sound Feel Yoga 木村	13:40～14:40 骨盤矯正ヨガ 木村
15:00							
16:00	15:20～16:20 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)山内		15:20～16:20 骨盤矯正ヨガ 木村	15:20～16:20 スタンダード60 村松	15:20～16:20 ホットピラティス 山内	15:20～16:20 ダイエットヨガ 山内	
17:00							
18:00	17:40～18:25 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 木村	17:40～18:40 スタンダード60 村松	17:00～18:00 セルトル美脚ヨガ 寺前		17:40～18:40 ココロカラダリセットヨガ 寺前	17:40～18:40 スタンダード60 村松	
19:00							
20:00	19:20～20:20 ホットピラティス 山内	19:20～20:20 背中美人ヨガ 寺前	18:30～19:30 腸活ヨガ 木村		19:20～20:20 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 木村	19:20～20:20 パワーヨガAdvance (会員様限定)寺前	
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 村松	21:00～22:00 スタンダード60 村松	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 川合		21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 寺前	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 川合	
22:00							

定
休
日

【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。



ゆめタウン姫路店【6月16日～6月23日スケジュール】

	6月 16日(木)	6月 17日(金)	6月 18日(土)	6月 19日(日)	6月 20日(月)	6月 21日(火)	6月 22日(水)	6月 23日(木)
9:00								
10:00								
11:00	10:20～11:20 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 川合	10:20～11:20 青中美人ヨガ 山内	10:20～11:20 骨盤矯正ヨガ 木村	10:20～11:05 BEAT CORE HIIT 寺前		10:20～11:30 ディープレスヨガ 寺前	10:20～11:20 脚活ヨガ 木村	10:20～11:20 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 川合
12:00	12:00～13:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)寺前	12:00～13:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 川合	12:00～13:00 スリムアッププレス 山内	12:00～13:00 スタンダード60 村松		12:00～13:00 ダイエットヨガ 山内	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 山内	12:00～13:00 免疫セラピーヨガ 木村
13:00								
14:00	13:40～14:25 Beat Drum Diet3.0 二の脚育中Edition 川合	13:40～14:40 スタンダード60 山内	13:40～14:40 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 木村	13:40～14:40 肩コリラックスヨガ 寺前		13:40～14:40 リンパドレックスヨガ 寺前	13:40～14:40 SUMO YOGA 木村	13:40～14:40 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 川合
15:00								
16:00	15:20～16:20 リンパドレックスヨガ 寺前	15:20～16:20 ダイエットヨガ 川合	15:20～16:20 ホットピラティス 山内	15:20～16:20 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 木村				15:20～16:20 Sound Feel Yoga 木村
17:00								
18:00	17:40～18:40 スリムアッププレス 山内	17:40～18:50 ディープレスヨガ 寺前	17:00～18:00 ココロカラダリセットヨガ 寺前			17:10～18:10 スタンダード60 村松	17:40～18:40 骨盤矯正ヨガ 寺前	17:40～18:40 美姿勢 アンチエイジングヨガ 山内
19:00								
20:00	19:20～20:20 スタンダード60 村松	19:20～20:20 Sound Feel Yoga 木村	18:30～19:30 スタンダード60 村松			18:50～19:50 肩コリラックスヨガ 木村	19:20～20:20 もも尻ヨガティス 川合	19:20～20:20 スタンダード60 村松
21:00	21:00～22:00 免疫セラピーヨガ 木村	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 寺前				20:30～22:00 アド/インス90 (会員様限定)川合	21:00～22:00 背中美人ヨガ 寺前	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 寺前
22:00								

定
休
日

ゆめタウン姫路店【6月24日～6月30日スケジュール】

	6月 24日(金)	6月 25日(土)	6月 26日(日)	6月 27日(月)	6月 28日(火)	6月 29日(水)	6月 30日(木)
9:00							
10:00							
11:00	10:20～11:20 ホットピラティス 山内	10:20～11:20 パワーヨガAdvance (会員様限定)寺前	10:20～11:20 Sound Feel Yoga 木村		10:20～11:20 スリムアッププレス 山内	10:20～11:50 EXパワーヨガ (会員様限定) 山内	10:20～11:20 ココロカラダリセットヨガ 寺前
12:00	12:00～13:00 セルトル美脚ヨガ 川合	12:00～13:00 スタンダード60 村松	12:00～13:00 脚活ヨガ 川合		12:00～13:10 ディープレスヨガ 寺前		12:00～13:00 SUMO YOGA 木村
13:00							
14:00	13:40～14:40 スタンダード60 村松	13:40～14:40 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 木村	13:40～14:40 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 木村		13:40～14:40 はじめてのハーヨガ (会員様限定)山内		13:40～14:40 肩コリラックスヨガ 寺前
15:00							
16:00	15:20～16:20 美姿勢 アンチエイジングヨガ 山内	15:20～16:20 もも尻ヨガティス 川合	15:20～16:20 ダイエットヨガ 山内		15:20～16:20 リンパドレックスヨガ 川合		15:20～16:20 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 木村
17:00							
18:00	17:40～18:25 BEAT CORE HIIT 寺前	17:00～18:00 免疫セラピーヨガ 木村			17:40～18:40 骨盤矯正ヨガ 寺前	17:40～18:40 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 木村	17:40～18:40 ダイエットヨガ 山内
19:00							
20:00	19:20～20:20 スタンダード60 村松				19:20～20:05 Beat Drum Diet3.0 二の脚育中Edition 川合	19:20～20:20 青中美人ヨガ 寺前	19:20～20:20 スタンダード60 村松
21:00	21:00～22:00 ココロカラダリセットヨガ 寺前				21:00～22:00 スタンダード60 村松	21:00～22:00 免疫セラピーヨガ 木村	21:00～22:00 はじめてのハーヨガ (会員様限定)山内
22:00							

定
休
日

【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♪

