

ラスパ太田川店【12月1日～12月8日スケジュール】

2021年 11月 21日更新

	12月 1日(水)	12月 2日(木)	12月 3日(金)	12月 4日(土)	12月 5日(日)	12月 6日(月)	12月 7日(火)	12月 8日(水)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 スタンダード60 新原	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 上野	10:30～11:30 スリムアッププレス 村井	10:30～11:30 スタンダード60 新原	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 上野		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 土倉	10:30～11:30 脚活ヨガ 小幡
12:00	12:00～13:00 骨盤矯正ヨガ 上野	12:00～13:00 スタンダード60 新原	12:00～13:00 Sound Feel Yoga 小幡	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)岩村	12:15～13:15 スタンダード60 新原		12:00～13:00 肩コリラックスヨガ 上野	12:00～13:00 骨中美人ヨガ 上野
13:00								
14:00	13:30～14:30 スタンダード60 新原	13:30～14:30 ダイエットヨガ 上野	13:30～14:30 アロマリラクスヨガ HARVAL RELAX 村井	14:00～16:00 免疫セラピーヨガ 上野	14:00～16:00 骨中美人ヨガ 上野		13:30～14:30 スタンダード60 土倉	13:30～14:15 Beat Drum Diet3.0 二の脚貴中Edition 永田
15:00	15:00～16:00 骨中美人ヨガ 上野	15:00～16:00 スタンダード60 新原	15:00～16:00 骨盤矯正ヨガ 上野	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 土倉	15:45～16:45 スタンダード60 新原		15:00～16:00 ダイエットヨガ 上野	15:00～16:00 スタンダード60 新原
16:00								
17:00								
18:00	18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 小幡	18:00～19:00 SUMO YOGA 小幡	18:00～19:00 セルトル美脚ヨガ 土倉	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の脚貴中Edition 岩村			18:00～19:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小幡	18:00～19:00 鍛える身体をつくる ダイエットヨガ 入川
19:00	19:30～20:20 全身MAX 小幡	19:30～20:30 セルトル美脚ヨガ 土倉	19:30～20:30 脚活ヨガ 小幡	19:00～20:00 スタンダード60 土倉			19:30～20:30 スタンダード60 新原	19:30～20:30 免疫セラピーヨガ 上野
20:00								
21:00	21:00～22:00 ダイエットヨガ 小幡	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 小幡	21:00～22:00 スタンダード60 土倉				21:00～22:00 SUMO YOGA 小幡	21:00～22:00 ホットピラティス 入川
22:00								

定
休
日

ラスパ太田川店【12月9日～12月15日スケジュール】

	12月 9日(木)	12月 10日(金)	12月 11日(土)	12月 12日(日)	12月 13日(月)	12月 14日(火)	12月 15日(水)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 スタンダード60 新原	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小幡	10:30～11:30 スタンダード60 新原	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 土倉	10:30～11:30 スタンダード60 新原	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 小幡	
12:00	12:00～13:00 SUMO YOGA 小幡	12:00～13:00 スタンダード60 新原	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 土倉	12:15～13:15 脚活ヨガ 小幡	12:00～13:00 骨中美人ヨガ 小幡	12:00～13:00 スタンダード60 土倉	
13:00							
14:00	13:30～14:30 スタンダード60 新原	13:30～14:30 ダイエットヨガ 小幡	14:00～16:00 脚活ヨガ 小幡	14:00～15:00 スタンダード60 土倉	13:30～14:30 スタンダード60 新原	13:30～14:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小幡	
15:00	15:00～16:00 ダイエットヨガ 小幡			15:45～16:45 スタンダード60 土倉	15:45～16:45 全身MAX 小幡	15:00～16:00 脚活ヨガ 小幡	15:00～16:00 セルトル美脚ヨガ 土倉
16:00							
17:00							
18:00	18:00～19:00 骨盤矯正ヨガ 上野	18:00～19:00 スタンダード60 土倉	17:30～18:30 Sound Feel Yoga 小幡		18:00～19:00 セルトル美脚ヨガ 土倉	18:00～19:00 肩コリラックスヨガ 村井	
19:00	19:30～20:30 セルトル美脚ヨガ 土倉	19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 上野	19:00～20:00 ダイエットヨガ 小幡		19:30～20:30 SUMO YOGA 小幡	19:30～20:30 スタンダード60 新原	
20:00							
21:00	21:00～22:00 免疫セラピーヨガ 上野	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 土倉			21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 土倉	21:00～22:00 もも肩ヨガティス 村井	
22:00							

定
休
日

◆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♪



ラスパ太田川店【12月16日～12月23日スケジュール】

	12月 16日(木)	12月 17日(金)	12月 18日(土)	12月 19日(日)	12月 20日(月)	12月 21日(火)	12月 22日(水)	12月 23日(木)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 土倉	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 土倉	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 上野	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 小値		10:30～11:30 スタンダード60 柳原	10:30～11:30 ダイエットヨガ 小値	10:30～11:30 ホットピラティス 長坂
12:00	12:00～13:00 スタンダード60 柳原	12:00～13:00 骨盤矯正ヨガ 上野	12:15～13:15 スタンダード60 長坂	12:15～13:15 真快脚汗リンパ 上野		12:00～13:00 肩コリラックスヨガ 上野	12:00～13:00 肩コリラックスヨガ 上野	12:00～13:00 スタンダード60 柳原
13:00								
14:00	13:30～14:20 全身MAX 小値	13:30～14:30 スタンダード60 土倉		14:00～15:00 背中美人ヨガ 上野	14:00～16:00 やみつきDeep Relax 柳原	13:30～14:15 Best Drum Diet3.0 二の脚育中Edition 長坂	13:30～14:30 スタンダード60 小値	13:30～14:30 スリムアッププレス 長坂
15:00	15:00～16:00 セルトル美脚ヨガ 土倉	15:00～16:00 免疫セラピーヨガ 上野				15:00～16:00 背中美人ヨガ 上野	15:00～16:00 肩活ヨガ 柳原	
16:00				15:45～16:45 スタンダード60 小値	15:45～16:35 全身 MEGA MAX 小値			
17:00						17:30～18:30 SUMO YOGA 長坂	17:30～18:30 星空キャンドルヨガ 上野	
18:00	18:00～19:00 肩コリラックスヨガ 上野	18:00～19:00 スタンダード60 柳原				18:00～19:00 セルトル美脚ヨガ 土倉	18:00～19:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 長坂	18:00～19:00 免疫セラピーヨガ 上野
19:00						18:00～20:00 肩活ヨガ 小値		
20:00	19:30～20:30 スタンダード60 柳原	19:30～20:15 Best Drum Diet3.0 二の脚育中Edition 長坂				19:30～20:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 長坂	19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 土倉	19:30～20:20 全身MAX 小値
21:00	21:00～22:00 ダイエットヨガ 上野	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 長坂				21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小値	21:00～22:00 SUMO YOGA 長坂	21:00～22:00 スタンダード60 上野
22:00								

定
休
日

ラスパ太田川店【12月24日～12月31日スケジュール】

	12月 24日(金)	12月 25日(土)	12月 26日(日)	12月 27日(月)	12月 28日(火)	12月 29日(水)	12月 30日(木)	12月 31日(金)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:15 Best Drum Diet3.0 二の脚育中Edition 長坂	10:30～11:30 スタンダード60 柳原	10:30～11:30 スリムアッププレス 長坂		10:30～11:30 肩活ヨガ 小値	10:30～11:30 スタンダード60 土倉		
12:00	12:00～13:00 リンパデトックスヨガ 土倉	12:15～13:15 ダイエットヨガ 上野	12:15～13:15 肩活ヨガ 小値		12:00～13:00 スタンダード60 柳原	12:15～13:15 Sound Feel Yoga 小値		
13:00						13:30～14:20 全身MAX 小値		
14:00	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 長坂	14:00～15:00 ココロカラダリセッショナ 長坂	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 長坂			14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 土倉		
15:00	15:00～16:00 セルトル美脚ヨガ 土倉				15:00～16:00 スタンダード60 柳原		15:45～17:45 108回太陽礼拝 (会員枠限定) ※常温 上野	
16:00		15:45～16:45 スタンダード60 柳原	15:45～16:45 Sound Feel Yoga 小値					
17:00		17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 上野				18:00～19:00 セルトル美脚ヨガ 土倉		
18:00	18:00～19:00 スタンダード60 柳原					19:30～20:30 ホットピラティス 長坂		
19:00		19:00～20:00 SUMO YOGA 長坂					21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 土倉	
20:00	19:30～20:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 小値							
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 柳原							
22:00								

定
休
日

年
末
年
始
休
業

12月特別イベント！毎年大人気の『108回太陽礼拝』今年はオンラインと店舗の2本立てで実施いたします！

①オンラインワークショップ⇒2021.12.26(日)14:00～17:00

108回太陽礼拝をわかりやすく解説します。今年頑張った自分にご褒美の時間を過ごし、1年を締めくくりましょう
詳細やお申込みはロイフのHPをご覗ください。※右に記載のQRコードからでもご予約可能

予約はこちらから♪



②各店舗で108回太陽礼拝を実施⇒2021.12.29(水)※時間はスケジュールをご覗ください。※修了証授与

1年終わりに108回太陽礼拝で一年分の煩惱を浄化し心身をリセットして、新年を迎えませんか？