

ラスパ太田川店【6月1日～6月8日スケジュール】

2023年 5 月 15 日更新

	6月 1日(木)	6月 2日(金)	6月 3日(土)	6月 4日(日)	6月 5日(月)	6月 6日(火)	6月 7日(水)	6月 8日(木)
9:00					定 休 日			
10:00								
11:00	10:30～11:30 ダイエットヨガ 村瀬	10:30～11:30 全身と頭の 寝たまんまヨガ 松野	10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 松野	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 竹下		10:30～11:30 もも尻ヨガティス 長坂	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 市野	10:30～11:30 スタンダード60 大森
12:00	12:00～13:00 ボールでゆがみとりヨガ 長坂	12:00～13:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 竹下	12:15～13:15 BEAT CORE HIT 津田	12:15～13:15 スタンダード60 大森		12:00～13:00 ダイエットヨガ 村瀬	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 村瀬	12:00～13:00 肩コリラックスヨガ 竹下
13:00								
14:00	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 村瀬	13:30～14:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 松野	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 松野	14:00～15:00 背中美人ヨガ 竹下		13:30～14:30 フェイスアップヨガ 長坂	13:30～14:30 Sound Feel Yoga 市野	13:30～14:30 背中美人ヨガ 竹下
15:00	15:00～16:00 SUMO YOGA 長坂	15:00～16:00 セトル美脚ヨガ 竹下	15:45～16:45 スリムアッププレス 長坂	15:45～16:45 スタンダード60 大森		15:00～16:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 村瀬	15:00～16:00 セトル美脚ヨガ 竹下	15:00～16:00 リンパデトックスヨガ 松野
16:00								
17:00								
18:00	18:00～19:00 背中美人ヨガ 竹下	18:00～19:00 ココロカラダリセットヨガ 長坂	17:30～18:30 Sound Feel Yoga 津田			17:30～19:00 アドバンス90 (会員様限定) 松野	18:00～19:00 美ボディフロー ピラティス 村瀬	18:00～19:00 肩活ヨガ 松野
19:00			19:00～20:00 フェイスアップヨガ 長坂					
20:00	19:30～20:15 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 松野	19:30～20:30 スタンダード60 竹下				19:30～20:30 エアロビヨガ 村瀬	19:30～20:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 竹下	19:30～20:30 スタンダード60 大森
21:00	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 竹下	21:00～22:00 ホットピラティス 長坂				21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 松野	21:00～22:00 スタンダード60 大森	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 松野
22:00								

ラスパ太田川店【6月9日～6月15日スケジュール】

	6月 9日(金)	6月 10日(土)	6月 11日(日)	6月 12日(月)	6月 13日(火)	6月 14日(水)	6月 15日(木)
9:00				定 休 日			
10:00							
11:00	10:30～11:30 フェイスアップヨガ 長坂	10:30～11:30 エアロビヨガ 村瀬	10:30～11:30 スタンダード60 大森		10:30～11:30 スタンダード60 大森	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 松野	10:30～11:30 全身と頭の 寝たまんまヨガ 松野
12:00	12:00～13:00 スタンダード60 大森	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 松野	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 竹下		12:00～13:00 腫トレ ビューティーヨガ 松野	12:00～13:00 スタンダード60 大森	12:00～13:00 背中美人ヨガ 竹下
13:00							
14:00	13:30～14:30 SUMO YOGA 長坂	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 村瀬	14:00～15:00 スタンダード60 大森		13:30～14:30 背中美人ヨガ 古宇田	13:30～14:40 ディーププレスヨガ 松野	13:30～14:30 肩活ヨガ 松野
15:00	15:00～16:30 アドバンス90 (会員様限定) 松野	15:45～16:45 スタンダード60 大森	15:45～16:45 肩コリラックスヨガ 竹下		15:00～16:00 はじめての「ハワーク」 (会員様限定)松野		15:00～16:00 スタンダード60 竹下
16:00							
17:00		17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 松野					
18:00	18:00～19:00 肩コリラックスヨガ 竹下				18:00～19:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 竹下	18:00～19:00 スタンダード60 竹下	18:00～19:00 スリムアッププレス 長坂
19:00		19:00～20:00 スタンダード60 大森					
20:00	19:30～20:30 はじめての「ハワーク」 (会員様限定)松野				19:30～20:30 スタンダード60 古宇田	19:30～20:30 もも尻ヨガティス 長坂	19:30～20:30 肩コリラックスヨガ 竹下
21:00	21:00～22:00 背中美人ヨガ 竹下				21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 竹下	21:00～22:00 セトル美脚ヨガ 竹下	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 長坂
22:00							

【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が生体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【6月16日～6月23日スケジュール】

	6月 16日(金)	6月 17日(土)	6月 18日(日)	6月 19日(月)	6月 20日(火)	6月 21日(水)	6月 22日(木)	6月 23日(金)
9:00				定 休 日				
10:00								
11:00	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 村瀬	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 松野	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 長坂		10:30～11:30 フェイスアップヨガ 長坂	10:30～11:30 スタンダード60 大森	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 長坂	10:30～11:30 セルトル・美脚ヨガ 古宇田
12:00	12:00～13:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)松野	12:15～13:15 Sound Feel Yoga 津田	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 松野		12:00～13:00 スタンダード60 大森	12:00～12:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 長坂	12:00～13:00 スタンダード60 大森	12:00～13:00 肩コリラックスヨガ 竹下
13:00								
14:00	13:30～14:30 エアロビヨガ 村瀬	14:00～15:00 背中美人ヨガ 竹下	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 長坂		13:30～14:30 ホットピラティス 長坂	13:30～14:30 スタンダード60 大森	13:30～14:30 スリムアッププレス 長坂	13:30～14:30 スタンダード60 古宇田
15:00	15:00～16:00 スタンダード60 大森				15:00～16:00 ココロカラダリセットヨガ 村瀬	15:00～16:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 竹下	15:00～16:00 スタンダード60 大森	15:00～16:00 背中美人ヨガ 竹下
16:00		15:45～16:45 腸活ヨガ 津田	15:45～17:15 アドバンス90 (会員様限定)松野					
17:00								
18:00	18:00～19:00 背中美人ヨガ 竹下				18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 松野	18:00～19:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)松野	18:00～19:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 竹下	18:00～19:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 松野
19:00		19:00～20:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 竹下						
20:00	19:30～20:30 SUMO YOGA 長坂				19:30～20:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)村瀬	19:30～20:30 肩コリラックスヨガ 竹下	19:30～20:30 エアロビヨガ 村瀬	19:30～20:30 スタンダード60 大森
21:00	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 竹下				21:00～22:10 ディーププレスヨガ 松野	21:00～22:00 ダイエットヨガ 村瀬	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 松野	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 長坂
22:00								

ラスパ太田川店【6月24日～6月30日スケジュール】

	6月 24日(土)	6月 25日(日)	6月 26日(月)	6月 27日(火)	6月 28日(水)	6月 29日(木)	6月 30日(水)
9:00			定 休 日				
10:00							
11:00	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 竹下	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 村瀬		10:30～11:30 スタンダード60 大森	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 村瀬	10:30～11:30 背中美人ヨガ 竹下	10:30～11:30 スタンダード60 大森
12:00							
13:00							
14:00	14:00～15:00 背中美人ヨガ 竹下	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)村瀬		13:30～14:30 スタンダード60 大森	13:30～14:30 エアロビヨガ 村瀬	13:30～14:30 肩コリラックスヨガ 竹下	13:30～14:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 長坂
15:00							
16:00	15:45～16:45 全身ととのう 寝たまんまヨガ 松野	15:45～16:45 肩コリラックスヨガ 竹下			15:00～16:00 肩コリラックスヨガ 竹下	15:00～16:00 スタンダード60 津田	15:00～16:00 腫トレ ビューティーヨガ 松野
17:00							
18:00	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 長坂			18:00～19:00 腫トレ ビューティーヨガ 松野	18:00～19:00 スタンダード60 大森	18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 松野	18:00～19:00 もも尻ヨガティス 長坂
19:00	19:00～20:00 スタンダード60 大森			19:30～20:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 長坂	19:30～20:30 美ボディフロー ピラティス 長坂	19:30～20:30 スリムアッププレス 長坂	19:30～20:30 エアロビヨガ 村瀬
20:00							
21:00				21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 松野	21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 松野	21:00～22:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)松野	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 竹下
22:00							