

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								
10:00								
11:00	10:30～11:30 ダイエットヨガ 村瀬	10:30～11:30 全身ととのう 妻たまんまヨガ 松野	10:30～11:30 嘘トレ ピューティーヨガ 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 もも房ヨガティス 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 HIIT 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 セルトル美脚ヨガ 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 セルトル美脚ヨガ 竹下	15:00～16:00 リンパデトックスヨガ 松野
16:00								
17:00						17:30～18:30 アドバインス90 (会員様限定) 松野	18:00～19:00 美ボディフロー [®] ビラティス 村瀬	18:00～19:00 肩活ヨガ 松野
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				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
19:00								
20:00	19:30～20:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition 松野	19:30～20:30 スタンダード60 竹下				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 二の腕青中Edition 松野
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						
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							
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 全身ととのう 妻たまんまヨガ 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 嘘トレ ピューティーヨガ 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 [®] ビラティス 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 ティープレスヨガ 松野	13:30～14:30 肩活ヨガ 松野
15:00	15:00～16:30 アドバインス90 (会員様限定) 松野		15:45～16:45 スタンダード60 大森		15:00～16:00 はじめてのパワーコガ [®] (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 二の腕青中Edition 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 スタンダード60 竹下	18:00～19:00 スリムアッププレス 長坂
18:00	18:00～19:00 肩コリラックスヨガ 竹下						
19:00		19:30～20:00 はじめてのパワーコガ [®] (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 もも房ヨガティス 長坂	19:30～20:30 肩コリラックスヨガ 竹下
20:00	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 セルトル美脚ヨガ 竹下	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 長坂
21:00							
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。



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								
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 はじめてのパワヨガ (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 二の施術中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 ポールでゆがみヨガ 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 アジャパンス90 (会員様限定) 松野					
17:00			17:30～18:30 スタンダード60 大森					
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 はじめてのパワヨガ (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								

定
休
日

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							
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		12:15～13:15 腸活ヨガ 松野	12:15～13:15 背中美人ヨガ 竹下	12:00～13:00 セルル美脚ヨガ 竹下	12:00～13:00 スタンダード60 津田	12:00～12:45 BEAT CORE HIIT 津田	12:00～13:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 松野
13:00							
14:00	14:00～15:00 背中美人ヨガ 竹下	14:00～15:00 パワヨガ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 SUMO YOGA 長坂	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 脚トレ ピューティヨガ 松野	
17:00							
18:00	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の施術中Edition 長坂		18:00～19:00 脚トレ ピューティヨガ 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 二の施術中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 はじめのパワヨガ (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	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 長坂	
22:00							

定
休
日