

姫路駅前店【4月1日～4月7日スケジュール】

2024年4月12日更新

	4月1日(月)	4月2日(火)	4月3日(水)	4月4日(木)	4月5日(金)	4月6日(土)	4月7日(日)	
9:00	定 休 日							
10:00								
11:00		10:30～11:30 背中美人ヨガ 田路	10:30～11:30 ボールでゆがみとりヨガ 田路			10:30～11:30 エアロピヨガ 佐藤	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ 佐藤	10:30～11:30 ホットピラティス 園里
12:00								
13:00						12:15～13:15 腫トレ ビューティーヨガ 田路	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 園里	12:15～13:15 スタンダード60 片山
14:00			14:00～15:00 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)田路			14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 佐藤	14:00～15:10 ディープブレスヨガ 園里
15:00								
16:00							15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス 田路	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 片山
17:00								
18:00			17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 片山		17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 佐藤	17:30～18:30 背中美人ヨガ 片山	17:30～18:30 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 園里	
19:00								
20:00			19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 片山	19:15～20:15 背中美人ヨガ 片山	19:15～20:15 背中美人ヨガ 片山	19:15～20:15 肩コリリリースヨガ 田路		
21:00			21:00～22:00 スタンダード60 片山	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 佐藤	21:00～22:10 ディープブレスヨガ 田路	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 片山		
22:00								

姫路駅前店【4月8日～4月15日スケジュール】

	4月8日(月)	4月9日(火)	4月10日(水)	4月11日(木)	4月12日(金)	4月13日(土)	4月14日(日)	4月15日(月)	
9:00	定 休 日							定 休 日	
10:00									
11:00		10:30～11:30 肩コリリリースヨガ 園里	10:30～11:30 スタンダード60 片山			10:30～11:30 パワーヨガAdvanced (会員様限定)田路	10:30～11:30 ホットピラティス 園里		10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 田路
12:00									
13:00						12:15～13:25 ディープブレスヨガ 園里	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 片山		12:15～13:15 背中美人ヨガ 片山
14:00						14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 片山	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤		14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 田路
15:00									
16:00							15:45～16:45 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX 園里		15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス 片山
17:00									
18:00			17:30～18:30 ボールでゆがみとりヨガ 田路	17:30～18:30 ダイエットヨガ 園里	17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 佐藤	17:30～18:30 スタンダード60 佐藤	17:30～18:30 スタンダード60 佐藤		17:30～18:30 エアロピヨガ 佐藤
19:00									
20:00			19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ 佐藤	19:15～20:15 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)田路	19:15～20:15 スタンダード60 片山	19:15～20:15 スタンダード60 片山	19:15～20:15 ホットピラティス 園里		
21:00			21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 田路	21:00～22:00 腸活ヨガ 園里	21:00～22:00 エアロピヨガ 佐藤	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ 佐藤			
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。

◆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の開始の1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1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。

レッスンのWEB予約はこちらから♪



### 姫路駅前店【4月16日～4月23日スケジュール】

	4月16日(火)	4月17日(水)	4月18日(木)	4月19日(金)	4月20日(土)	4月21日(日)	4月22日(月)	4月23日(火)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤	10:30～11:30 スリムアッププレス 田路		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 田路	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 佐藤	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 小玉		10:30～11:30 背中美人ヨガ 片山
12:00	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 田路	12:15～13:15 腫トレ ビューティーヨガ 田路		12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ 佐藤	12:15～13:15 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)田路	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 片山		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 片山
14:00	14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ 佐藤	14:00～15:00 肩コリリラックスヨガ 田路		14:00～15:00 背中美人ヨガ 田路	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 片山	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 小玉	定 休 日	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 寺井
15:00								
16:00					15:45～16:45 エアロビヨガ 佐藤	15:45～16:45 スタンダード60 片山		
17:00								
18:00	17:30～18:30 ホットピラティス 吉市		17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤	17:30～18:30 セルトル&脚ヨガ 佐藤	17:30～18:30 ボールでゆがみとりヨガ 田路			17:30～18:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)田路
19:00	19:15～20:25 ディープブレスヨガ 田路	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 佐藤	19:15～20:15 エアロビヨガ 佐藤	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 片山				19:15～20:15 ボールでゆがみとりヨガ 田路
20:00								
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 吉市	21:00～22:00 背中美人ヨガ 片山	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 片山	21:00～22:00 スタンダード60 片山				21:00～22:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤
22:00								

### 姫路駅前店【4月24日～4月30日スケジュール】

	4月24日(水)	4月25日(木)	4月26日(金)	4月27日(土)	4月28日(日)	4月29日(月)	4月30日(火)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 片山		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 原田	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 佐藤	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 片山		10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 大野
12:00	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 片山		12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤	12:00～13:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 片山	12:15～13:15 エアロビヨガ 佐藤		12:15～13:15 スタンダード60 片山
13:00							
14:00			14:00～15:00 腸活ヨガ 原田	13:45～15:15 EYバワーヨガ (会員様限定) 田路	14:00～15:00 背中美人ヨガ 片山		14:00～15:00 ホットピラティス 大野
15:00							
16:00				16:00～17:00 オトナのための オールインワンヨガ 佐藤	16:45～16:45 ココロカラダリセットヨガ 佐藤		
17:00	17:30～18:30 エアロビヨガ 佐藤	17:30～18:30 スタンダード60 佐藤	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 片山				17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 田路
18:00				17:45～18:45 肩コリリラックスヨガ 田路			
19:00	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 田路	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 田路	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 原田				19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 片山
20:00							
21:00	21:00～22:00 スリムアッププレス 田路	21:00～22:00 ココロカラダリセットヨガ 佐藤	21:00～22:00 スタンダード60 片山				21:00～22:00 腫トレ ビューティーヨガ 田路
22:00							