

ゆめタウン姫路店【5月1日～5月8日スケジュール】

2024年4月16日更新

	5月1日(水)	5月2日(木)	5月3日(金)	5月4日(土)	5月5日(日)	5月6日(月)	5月7日(火)	5月8日(水)
9:00						定 休 日		
10:00	10:00～11:00 肩コリラックスヨガ 今井	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 原田	10:00～11:00 エアロビヨガ 三澤	10:00～11:00 腫トレ ビューティーヨガ 三澤	10:00～11:00 美ボディフロー ピラティス 小玉		10:00～11:00 背中美人ヨガ 原田	10:00～11:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 原田
11:00								
12:00	11:40～12:40 ホットピラティス 原田	11:40～12:40 腫トレ ビューティーヨガ 三澤	11:40～12:40 オトナのための オールインワンヨガ 原田	11:40～12:40 セルトル奥脚ヨガ 小玉	11:40～12:40 スタンダード60 原田		11:40～12:40 リンパデトックスヨガ 三澤	11:40～12:25 BEAT CORE HIIT 三澤
13:00	13:20～14:20 全身ととのう 寝たまんまヨガ 今井	13:20～14:20 Sound Feel Yoga ver.2 原田	13:20～14:20 リンパデトックスヨガ 三澤	13:20～14:20 スタンダード60 三澤	13:20～14:20 パワーヨガAdvance (会員様限定)小玉		13:20～14:20 ホットピラティス 原田	13:20～14:20 オトナのための オールインワンヨガ 原田
14:00								
15:00	15:00～16:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 原田	15:00～16:00 スタンダード60 三澤	15:00～16:00 背中美人ヨガ 今井	15:00～16:00 もも尻ヨガティス 今井	15:00～16:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小玉		15:00～16:00 腸活ヨガ 三澤	
16:00								
17:00			16:40～17:40 みるみる変わる 姿勢ピラティス 原田	16:40～17:40 はじめての「ハリーヨガ」 (会員様限定)小玉	16:40～17:40 腸活ヨガ 原田			17:10～18:10 全身ととのう 寝たまんまヨガ 今井
18:00	17:40～18:40 免疫セラピーヨガ 小玉	17:40～18:40 もも尻ヨガティス 今井					17:40～18:40 肩コリラックスヨガ 今井	
19:00			18:30～19:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 今井	18:30～19:30 骨盤矯正ヨガ 今井			18:50～20:20 EX/パワーヨガ (会員様限定) 小玉	
20:00	19:20～20:20 背中美人ヨガ 三澤	19:20～20:05 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 小玉				19:20～20:20 スタンダード60 未定		
21:00	21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)小玉	21:00～22:00 ボールでゆがみとりヨガ 今井				21:00～22:00 もも尻ヨガティス 今井	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 今井	
22:00								

ゆめタウン姫路店【5月9日～5月15日スケジュール】

	5月9日(木)	5月10日(金)	5月11日(土)	5月12日(日)	5月13日(月)	5月14日(火)	5月15日(水)
9:00					定 休 日		
10:00	10:00～11:00 はじめての「ハリーヨガ」 (会員様限定)小玉	10:00～11:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 今井	10:00～11:00 スタンダード60 未定	10:00～11:00 ボールでゆがみとりヨガ 今井		10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 今井	10:00～11:00 オトナのための オールインワンヨガ 原田
11:00							
12:00	11:40～12:40 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 原田	11:40～12:40 スタンダード60 未定	11:40～12:40 腸活ヨガ 三澤	11:40～12:40 スリムアッププレス 小玉		11:40～12:40 パワーヨガAdvance (会員様限定)小玉	11:40～12:40 ボールでゆがみとりヨガ 今井
13:00							
13:20	13:20～14:20 スタンダード60 未定	13:20～14:20 背中美人ヨガ 今井	13:20～14:20 もも尻ヨガティス 今井	13:20～14:20 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 三澤		13:20～14:20 全身ととのう 寝たまんまヨガ 今井	13:20～14:20 ホットピラティス 原田
14:00							
15:00	15:00～16:00 Sound Feel Yoga ver.2 原田	15:00～16:00 スタンダード60 未定	15:00～16:10 【母の日特別企画】 Mother's Day Yoga 三澤	15:00～16:00 免疫セラピーヨガ 小玉		15:00～16:00 セルトル奥脚ヨガ 小玉	15:00～16:00 肩コリラックスヨガ 今井
16:00							
17:00			16:50～17:50 リンパデトックスヨガ 小玉	16:40～17:40 エアロビヨガ 三澤			17:40～18:40 スタンダード60 未定
18:00	17:40～18:40 背中美人ヨガ 三澤	17:40～18:40 オトナのための オールインワンヨガ 小玉			17:40～18:40 スタンダード60 未定	17:40～18:40 腫トレ ビューティーヨガ 三澤	
19:00			18:30～19:30 美ボディフロー ピラティス 小玉				
20:00	19:20～20:20 みるみる変わる 姿勢ピラティス 小玉	19:20～20:20 エアロビヨガ 三澤			19:20～20:20 ホットピラティス 原田	19:20～20:20 スタンダード60 未定	
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 三澤	21:00～22:00 はじめての「ハリーヨガ」 (会員様限定)小玉			21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ 原田	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 三澤	
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▶



