

## 姫路駅前店【6月1日～6月7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)
9:00							
10:00		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 藤原	10:30～11:30 脚トレ ピューティーヨガ 田路	10:30～11:30 ダイエットヨガ 園里		10:30～11:30 ポールでやがみどりヨガ 田路	10:30～11:30 背中美人ヨガ 田路
11:00							
12:00		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 田路	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 藤原	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 田路		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 藤原	12:15～13:25 ディーププレスヨガ 園里
13:00							
14:00		14:00～15:00 ホットピラティス 藤原	14:00～16:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤	14:00～16:00 脚ヨガ 園里		14:00～16:30 EXパワーヨガ (会員様限定) 田路	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 田路
15:00							
16:00							
17:00		17:30～18:40 ディーププレスヨガ 園里	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 佐藤	17:30～18:30 エアロビヨガ 佐藤		17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤	
18:00							
19:00		19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 佐藤	19:15～20:15 背中美人ヨガ 田路			19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 藤原	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 藤原
20:00							
21:00		21:00～22:00 Sound Feel Yoga 園里	21:00～22:00 免疫セラピーヨガ 佐藤			21:00～22:00 エアロビヨガ 佐藤	21:00～22:00 スタンダード60 園里
22:00							

## 定休日

## 姫路駅前店【6月8日～6月15日スケジュール】

	6月8日(木)	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		10:30～11:30 脚ヨガ 園里	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 園里	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤		10:30～11:30 ホットピラティス 藤原	10:30～11:30 スタンダード60 藤原	
11:00								
12:00		12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 佐藤	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 藤原	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)藤原		12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤	12:15～13:15 Sound Feel Yoga 園里	
13:00								
14:00		14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 園里	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 園里	14:00～15:00 エアロビヨガ 佐藤		14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 藤原		
15:00								
16:00								
17:00		17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 藤原	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 藤原	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 佐藤		17:30～18:30 エアロビヨガ 佐藤	17:30～18:30 脚トレ ピューティーヨガ 田路	17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 園里
18:00								
19:00		19:15～20:15 免疫セラピーヨガ 佐藤	19:15～20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 佐藤			19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)田路	19:15～20:15 スタンダード60 佐藤	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 佐藤
20:00								
21:00		21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 藤原	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)藤原			21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 田路	21:00～22:00 背中美人ヨガ 田路	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 園里
22:00								

## 定休日

【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。



## 姫路駅前店【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 ダイエットヨガ ■■■	10:30～11:30 脚活ヨガ ■■■	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス ■■■		10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ ■■■	10:30～11:30 はじめてのパワヨガ (会員様限定)田路		10:30～11:30 スタンダード60 ■■■
12:00								
13:00								
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 ■■■	14:00～15:10 ディーププレスヨガ 田路	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET ■■■		14:00～15:00 免疫セラピーヨガ ■■■	14:00～15:00 脚トレ ピューティヨガ 田路		14:00～15:00 スリムアッププレス 田路
15:00								
16:00		15:45～16:45 スタンダード60 ■■■	15:45～16:45 はじめてのパワヨガ (会員様限定)田路					
17:00								
18:00	17:30～18:30 はじめてのパワヨガ (会員様限定)■■■	17:30～18:30 スリムアッププレス 田路			17:30～18:30 脚活ヨガ ■■■		17:30～18:30 ホットピラティス ■■■	17:30～18:30 スタンダード60 ■■■
19:00								
20:00								
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST ■■■				19:15～20:15 ディーププレスヨガ 田路	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ■■■	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ ■■■	19:15～20:15 はじめてのパワヨガ (会員様限定)■■■
22:00						21:00～22:00 ダイエットヨガ ■■■	21:00～22:00 全身とのう 寝たまんまヨガ ■■■	21:00～22:00 ボールでゆがみとりヨガ ■■■

## 姫路駅前店【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(金)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition ■■■	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ ■■■		10:30～11:30 エアロビヨガ ■■■	10:30～11:40 ディーププレスヨガ ■■■		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET ■■■
12:00							
13:00	12:00～13:00 全身とのう 寝たまんまヨガ ■■■	12:15～13:15 ホットピラティス ■■■		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 田路	12:15～13:15 ホットピラティス ■■■		12:15～13:15 はじめてのパワヨガ (会員様限定)田路
14:00	13:45～15:15 EXパワヨガ (会員様限定) 田路	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ ■■■		14:00～15:00 全身とのう 寝たまんまヨガ ■■■			14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ ■■■
15:00							
16:00	16:00～17:00 ココロカラダリセットヨガ ■■■	15:45～16:45 スタンダード60 ■■■					
17:00							
18:00	17:45～18:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX ■■■				17:30～18:30 脚コリラックスヨガ ■■■	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ ■■■	17:30～18:30 はじめてのパワヨガ (会員様限定)■■■
19:00							
20:00					19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST ■■■	19:15～20:15 スリムアッププレス 田路	19:15～20:15 エアロビヨガ ■■■
21:00							19:15～20:15 全身とのう 寝たまんまヨガ ■■■
22:00					21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕青中Edition ■■■	21:00～22:00 ココロカラダリセットヨガ ■■■	21:00～22:00 脚トレ ピューティヨガ 田路