

ラスパ太田川店【6月1日～6月8日スケジュール】

2024年6月15日更新

	6月1日(土)	6月2日(日)	6月3日(月)	6月4日(火)	6月5日(水)	6月6日(木)	6月7日(金)	6月8日(土)	
9:00			定 休 日						
10:00									
10:30~11:30	スタンダード60 小島	はじめての「ハローヨガ」 (会員様限定)竹下			10:30~11:30 腫トレ ビューティーヨガ 古宇田	10:30~11:30 SUMO YOGA 小幡	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 ポールでゆがみとりヨガ 大森	10:30~11:30 美ボディフロー ピラティス 小島
11:00									
12:00	12:15~13:15 Sound Feel Yoga ver.2 大森	12:15~13:15 骨盤矯正ヨガ 小幡			12:00~13:00 エアロビヨガ 竹下	12:00~13:00 免疫セラピーヨガ 竹下	12:00~13:00 スタンダード60 小島	12:00~13:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 小幡	12:15~13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 古宇田
13:00									
14:00	14:00~15:00 ホットピラティス 小幡	14:00~15:00 スタンダード60 古宇田			13:30~14:30 背中美人ヨガ 古宇田	13:30~14:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 小幡	13:30~14:30 オトナのための オールインワンヨガ 竹下	13:30~14:15 BEAT CORE HIIT 大森	14:00~15:00 はじめての「ハローヨガ」 (会員様限定)竹下
15:00					15:00~16:00 免疫セラピーヨガ 竹下	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 みるみる変わる 姿勢ピラティス 小島	15:00~16:00 ホットピラティス 小幡	
16:00	15:45~16:45 ココカラダリセットヨガ 大森	15:45~16:45 エアロビヨガ 竹下							15:45~16:45 スタンダード60 小島
17:00		17:15~18:15 特別レッスン※有料 小幡							
17:30~18:30	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小幡				18:00~19:00 美ボディフロー ピラティス 小島	18:00~18:45 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 大森	18:00~19:00 腫トレ ビューティーヨガ 古宇田	18:00~19:00 セルトル美脚ヨガ 小島	17:30~18:30 背中美人ヨガ 古宇田
19:00	19:00~20:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 古宇田								19:00~20:00 エアロビヨガ 竹下
20:00					19:30~20:30 骨盤矯正ヨガ 小幡	19:30~20:30 スタンダード60 小島	19:30~20:15 BEAT CORE HIIT 大森	19:30~20:30 もも尻ヨガティス 古宇田	
21:00					21:00~22:00 Sound Feel Yoga ver.2 大森	21:00~22:00 リンパドレッシングヨガ 大森	21:00~22:00 もも尻ヨガティス 古宇田	21:00~22:00 スタンダード60 小島	
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(日)	6月10日(月)	6月11日(火)	6月12日(水)	6月13日(木)	6月14日(金)	6月15日(土)	
9:00		定 休 日						
10:00								
10:30~11:30	セルトル美脚ヨガ 小島			10:30~11:30 背中美人ヨガ 古宇田	10:30~11:30 もも尻ヨガティス 古宇田	10:30~11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 小島	10:30~11:30 Sound Feel Yoga ver.2 大森	10:30~11:30 スタンダード60 大森
11:00								
12:00	12:15~13:15 免疫セラピーヨガ 竹下			12:00~13:00 オトナのための オールインワンヨガ 竹下	12:00~13:00 はじめての「ハローヨガ」 (会員様限定)竹下	12:00~13:00 スタンダード60 古宇田	12:00~13:00 美ボディフロー ピラティス 小島	12:15~13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 小幡
13:00								
14:00	14:00~15:00 もも尻ヨガティス 古宇田			13:30~14:30 スタンダード60 古宇田	13:30~14:30 腫トレ ビューティーヨガ 古宇田	13:30~14:30 セルトル美脚ヨガ 小島	13:30~14:30 ココカラダリセットヨガ 大森	14:00~14:45 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 大森
15:00				15:00~16:00 エアロビヨガ 竹下		15:00~16:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 古宇田	15:00~16:00 スタンダード60 小島	
16:00	15:45~16:45 オトナのための オールインワンヨガ 竹下					16:30~17:30 特別レッスン※有料 小幡		15:45~16:45 背中美人ヨガ 竹下
17:00								17:30~18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 古宇田
18:00				18:00~19:00 ポールでゆがみとりヨガ 大森	18:00~19:00 ホットピラティス 小幡	18:00~19:00 リンパドレッシングヨガ 大森	18:00~19:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小幡	19:00~20:00 オトナのための オールインワンヨガ 竹下
19:00								
20:00				19:30~20:30 腫トレ ビューティーヨガ 古宇田	19:30~20:30 スタンダード60 小島	19:30~20:30 エアロビヨガ 小幡	19:30~20:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 竹下	
21:00				21:00~21:45 BEAT CORE HIIT 大森	21:00~22:00 ココカラダリセットヨガ 大森	21:00~22:00 スタンダード60 大森	21:00~22:00 SUMO YOGA 小幡	
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。



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(日)	6月17日(月)	6月18日(火)	6月19日(水)	6月20日(木)	6月21日(金)	6月22日(土)	6月23日(日)	
9:00		定 休 日							
10:00									
10:30~11:30	美姿勢 アンチエイジングヨガ 古宇田			10:30~11:30 リンパデトックスヨガ 大森	10:30~11:30 美ボディフロー ピラティス 永田	10:30~11:30 腫トレ ビューティーヨガ 古宇田	10:30~11:30 セルトル美脚ヨガ 古宇田	10:30~11:30 スタンダード60 小島	10:30~11:30 背中美人ヨガ 古宇田
11:00									
12:00	12:15~13:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 大森			12:00~13:00 背中美人ヨガ 古宇田	12:00~13:00 エアロビヨガ 小幡	12:00~13:00 スタンダード60 小島	12:00~13:00 オトナのための オールインワンヨガ 竹下	12:15~13:15 Sound Feel Yoga ver.2 大森	12:15~13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 小島
13:00									
14:00	14:00~15:00 オトナのための オールインワンヨガ 竹下			13:30~14:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 大森	13:30~14:30 ボールでゆがみとりお 大森	13:30~14:30 もも原ヨガティス 古宇田	13:30~14:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 古宇田	14:00~15:00 セルトル美脚ヨガ 小島	14:00~15:00 スタンダード60 古宇田
15:00				15:00~16:00 腫トレ ビューティーヨガ 古宇田		15:00~16:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 小島	15:00~16:00 はじめてのハワーカ (会員様限定)竹下		
16:00	16:45~16:45 ココロカラダリセットヨガ 大森							16:45~16:45 リンパデトックスヨガ 大森	16:45~16:45 美ボディフロー ピラティス 小島
17:00									
18:00			18:00~19:00 SUMO YOGA 小幡	18:00~19:00 オトナのための オールインワンヨガ 竹下	18:00~19:00 エアロビヨガ 竹下	18:00~19:00 腸活ヨガ ver.2 小幡	17:30~18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 小幡		
19:00							19:00~20:00 もも原ヨガティス 古宇田		
20:00			19:30~20:30 美ボディフロー ピラティス 小島	19:30~20:30 セルトル美脚ヨガ 小島	19:30~20:30 ココロカラダリセットヨガ 大森	19:30~20:15 BEAT CORE HIIT 大森			
21:00							20:30~21:30 特別レッスン※有料 小幡		
22:00			21:00~22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小幡	21:00~22:00 はじめてのハワーカ (会員様限定)竹下	21:00~22:00 骨盤矯正ヨガ 小幡	21:00~22:00 ホットピラティス 小幡			

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(月)	6月25日(火)	6月26日(水)	6月27日(木)	6月28日(金)	6月29日(土)	6月30日(日)
9:00							
10:00							
10:30~11:30		10:30~11:30 腸活ヨガ ver.2 小幡	10:30~11:30 はじめてのハワーカ (会員様限定)竹下	10:30~11:30 ココロカラダリセットヨガ 大森	10:30~11:30 エアロビヨガ 竹下	10:30~11:30 腫トレ ビューティーヨガ 古宇田	10:30~11:30 美ボディフロー ピラティス 小島
11:00							
12:00		12:00~13:00 セルトル美脚ヨガ 小島	12:00~13:00 スタンダード60 小島	12:00~13:00 産せる身体をつくる ダイエットヨガ 竹下	12:00~13:00 ボールでゆがみとりお 大森	12:15~13:15 セルトル美脚ヨガ 小島	12:15~13:15 腸活ヨガ ver.2 小幡
13:00							
14:00		13:30~14:30 SUMO YOGA 小幡	13:30~14:30 免疫セラピーヨガ 竹下	13:30~14:30 Sound Feel Yoga ver.2 大森	13:30~14:30 オトナのための オールインワンヨガ 竹下	14:00~15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 古宇田	14:00~15:00 Sound Feel Yoga ver.2 大森
15:00		15:00~16:00 スタンダード60 小島	15:00~16:00 美ボディフロー ピラティス 小島	15:00~16:00 オトナのための オールインワンヨガ 竹下	15:00~15:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 大森		
16:00						15:45~16:45 はじめてのハワーカ (会員様限定)竹下	15:45~16:45 スタンダード60 小島
17:00							
18:00		18:00~19:00 もも原ヨガティス 古宇田	18:00~19:00 ココロカラダリセットヨガ 大森	18:00~19:00 スタンダード60 古宇田	18:00~19:00 ホットピラティス 小幡	17:30~18:30 腸活ヨガ ver.2 小幡	
19:00						19:00~20:00 エアロビヨガ 竹下	
20:00		19:30~20:30 オトナのための オールインワンヨガ 竹下	19:30~20:30 背中美人ヨガ 古宇田	19:30~20:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 小島	19:30~20:30 スタンダード60 古宇田		
21:00						20:30~21:30 特別レッスン※有料 小幡	
22:00		21:00~22:00 リンパデトックスヨガ 大森	21:00~21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 大森	21:00~22:00 もも原ヨガティス 古宇田	21:00~22:00 腸活ヨガ ver.2 小幡		