

ゆめタウン姫路店【6月1日～6月8日スケジュール】

2024年6月6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									
10:00	10:00～11:00 スタンダード60 西山	10:00～11:00 オトナのための オールインワンヨガ 原田		10:00～11:00 セルトル美脚ヨガ 小玉	10:00～11:00 スタンダード60 西山	10:00～11:00 肩コリラックスヨガ 今井	10:00～11:00 スタンダード60 西山	10:00～11:00 ポールでゆがみトリオ 今井	
11:00									
12:00	11:40～12:40 肩コリラックスヨガ 今井	11:40～12:40 Sound Feel Yoga ver.2 小玉		11:40～12:40 スタンダード60 西山	11:40～12:40 美ボディフロー ピラティス 小玉	11:40～12:40 スタンダード60 西山	11:40～12:40 骨盤矯正ヨガ 今井	11:40～12:40 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 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 腸活ヨガ 三澤		13:20～14:20 EXパワーヨガ (会員様限定) 小玉	13:20～14:20 オトナのための オールインワンヨガ 小玉	13:20～14:20 背中美人ヨガ 今井	13:20～14:20 スタンダード60 西山	13:20～14:20 Sound Feel Yoga ver.2 原田	
14:00			定 休 日						
15:00	15:00～16:00 スリムアッププレス 小玉	15:00～16:00 ホットピラティス 原田			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 西山	15:00～16:00 もも尻ヨガティス 今井	15:00～16:00 免疫セラピーヨガ 小玉	
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 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 三澤			17:40～18:40 骨盤矯正ヨガ 今井	17:40～18:40 エアロビヨガ 三澤	17:40～18:40 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 原田	17:40～18:40 リンパデトックスヨガ 三澤	16:40～17:40 みるみる変わる 姿勢ピラティス 小玉
18:00									
19:00	18:30～19:30 はじめての「ハワキカ」 (会員様限定)小玉				19:20～20:20 スタンダード60 西山	19:20～20:20 ポールでゆがみトリオ 今井	19:20～20:05 BEAT CORE HIIT 三澤	19:20～20:20 オトナのための オールインワンヨガ 原田	18:30～19:30 スリムアッププレス 小玉
20:00									
21:00					21:00～22:00 もも尻ヨガティス 今井	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 三澤	21:00～22:00 腸活ヨガ 原田	16:00～16:00 エアロビヨガ 三澤	
22:00									

ゆめタウン姫路店【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							
10:00	10:00～11:00 背中美人ヨガ 三澤		10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 今井	10:00～11:30 アドバンス90 (会員様限定) 今井	10:00～11:00 スタンダード60 西山	10:00～11:00 ホットピラティス 原田	10:00～11:00 肩コリラックスヨガ 今井
11:00							
12:00	11:40～12:40 ポールでゆがみトリオ 今井		11:40～12:40 スリムアッププレス 小玉	12:10～13:10 みるみる変わる 姿勢ピラティス 原田	11:40～12:40 美ボディフロー ピラティス 小玉	11:40～12:40 リンパデトックスヨガ 三澤	11:40～12:40 スタンダード60 西山
13:00	13:20～14:20 スタンダード60 西山		13:20～14:20 全身ととのう 寝たまんまヨガ 今井		13:20～14:20 スタンダード60 西山	13:20～14:20 オトナのための オールインワンヨガ 原田	13:20～14:20 もも尻ヨガティス 今井
14:00			13:50～14:50 Sound Feel Yoga ver.2 小玉				
15:00	15:00～16:00 腫トレ ビューティーヨガ 三澤		15:00～16:00 免疫セラピーヨガ 小玉		15:00～16:00 はじめての「ハワキカ」 (会員様限定)小玉	15:00～15:45 BEAT CORE HIIT 三澤	15:00～16:00 背中美人ヨガ 原田
16:00							
17:00	16:40～17:40 もも尻ヨガティス 今井		17:40～18:40 オトナのための オールインワンヨガ 原田	17:40～18:40 ホットピラティス 原田	17:40～18:40 リンパデトックスヨガ 片山	17:40～18:40 スタンダード60 西山	16:40～17:40 エアロビヨガ 三澤
18:00							18:30～19:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 原田
19:00			19:20～20:20 美ボディフロー ピラティス 小玉	19:20～20:20 エアロビヨガ 三澤	19:20～20:20 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 三澤	19:20～20:20 腸活ヨガ 三澤	
20:00							
21:00			21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 原田	21:00～22:00 スタンダード60 西山	21:00～22:00 背中美人ヨガ 片山	21:00～22:00 スタンダード60 西山	
22:00							

定
休
日

【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♪



ゆめタウン姫路店【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	10:00～11:00 ボールでゆがみトリック 今井		10:00～11:00 スリムアッププレス 小玉	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 三澤	10:00～11:00 腸活ヨガver.2 原田	10:00～11:00 オトナのための オールインワンヨガ 原田	10:00～11:00 もも尻ヨガティス 小玉
11:00								
12:00	11:40～12:40 Sound Feel Yoga ver.2 原田		11:40～12:40 骨盤矯正ヨガ 今井	11:40～12:40 ホットピラティス 原田	11:40～12:40 ボールでゆがみトリック 今井	11:40～12:25 BEAT CORE HIIT 三澤	11:40～12:40 セルトル美脚ヨガ 小玉	11:40～12:40 スタンダード60 西山
13:00	13:20～14:20 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 今井		13:20～14:20 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)小玉	13:20～14:20 全身ととのう 寝たまんまヨガ 今井	13:20～14:20 背中美人ヨガ 三澤	13:20～14:20 オトナのための オールインワンヨガ 原田	13:20～14:20 腸活ヨガver.2 原田	13:20～14:20 エアロビヨガ 三澤
14:00								
15:00	16:00～16:00 腸活ヨガ 三澤		16:00～16:00 もも尻ヨガティス 今井	16:00～16:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 原田		16:00～16:00 腫トレ ビューティーヨガ 三澤	16:00～16:00 スタンダード60 西山	16:00～16:00 免疫セラピーヨガ 小玉
16:00								
17:00	16:40～17:40 美ボディフロー ピラティス 小玉					17:10～18:40 EXパワーヨガ (会員様限定) 小玉	16:40～17:40 肩コリラックスヨガ 今井	16:40～17:40 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 三澤
18:00			17:40～18:40 腫トレ ビューティーヨガ 三澤	17:40～18:40 スタンダード60 西山		17:40～18:40 免疫セラピーヨガ 小玉		
19:00				19:20～20:20 背中美人ヨガ 三澤	19:20～20:20 オトナのための オールインワンヨガ 原田	19:20～20:20 スタンダード60 西山	18:30～19:30 Sound Feel Yoga ver.2 小玉	
20:00			19:20～20:20 スタンダード60 西山					
21:00			21:00～22:00 エアロビヨガ 三澤	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 三澤	21:00～22:00 スタンダード60 西山	21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)小玉		
22:00								

ゆめタウン姫路店【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		10:00～11:00 スタンダード60 西山	10:00～11:00 スリムアッププレス 小玉	10:00～11:00 ホットピラティス 原田	10:00～11:00 肩コリラックスヨガ 今井	10:00～11:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 今井	10:00～11:00 腸活ヨガver.2 原田
11:00							
12:00	11:40～12:40 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)関下	11:40～12:40 スタンダード60 西山	11:40～12:40 骨盤矯正ヨガ 今井	11:40～12:40 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 今井	11:40～12:40 背中美人ヨガ 原田	11:40～12:25 BEAT CORE HIIT 三澤	11:40～12:40 スタンダード60 西山
13:00							
14:00	13:20～14:20 エアロビヨガ 三澤	13:20～14:20 腫トレ ビューティーヨガ 三澤	13:20～14:20 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 今井	13:20～14:20 ボールでゆがみトリック 今井	13:20～14:20 オトナのための オールインワンヨガ 原田	13:20～14:20 リンパデトックスヨガ 三澤	
15:00		16:00～16:00 美ボディフロー ピラティス 小玉	16:00～16:00 スタンダード60 西山	16:00～16:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 三澤	16:00～16:00 骨盤矯正ヨガ 今井	16:00～16:00 セルトル美脚ヨガ 小玉	
16:00						16:40～17:40 ホットピラティス 原田	16:40～17:40 腫トレ ビューティーヨガ 三澤
17:00	17:10～18:10 全身ととのう 寝たまんまヨガ 今井	17:40～18:40 腸活ヨガver.2 原田	17:40～18:40 パワーヨガAdvance (会員様限定)小玉	17:40～18:40 リンパデトックスヨガ 三澤		18:30～19:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 三澤	
18:00							
19:00	18:50～19:50 背中美人ヨガ 原田	19:20～20:20 もも尻ヨガティス 今井	19:20～20:20 腸活ヨガver.2 原田	19:20～20:20 エアロビヨガ 三澤			
20:00							
21:00	20:30～22:00 アドバンス90 (会員様限定) 今井	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ 原田	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 小玉	21:00～22:00 スタンダード60 西山			
22:00							