

ゆめタウン姫路店【7月1日～7月8日スケジュール】

2024年6月16日更新

	7月1日(月)	7月2日(火)	7月3日(水)	7月4日(木)	7月5日(金)	7月6日(土)	7月7日(日)	7月8日(月)
9:00								
10:00		10:00～11:00 エアロピヨガ 三澤	10:00～11:00 スタンダード60 未定	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ 三澤	10:00～11:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小玉	10:00～11:00 スタンダード60 未定	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 スタンダード60 未定	11:40～12:40 青中美人ヨガ 三澤	11:40～12:40 スタンダード60 未定	11:40～12:40 もも尻ヨガティス 寺井	11:40～12:40 免疫セラピーヨガ 小玉	11:40～12:40 パワーヨガAdvance (会員様限定)小玉	
13:00		13:20～14:20 みるみる変わる 姿勢ピラティス 原田	13:20～14:20 スタンダード60 西山	13:20～14:20 腫トレ ビューティーヨガ 三澤	13:20～14:20 はじめての「ハリーヨガ」 (会員様限定)小玉	13:20～14:05 BEAT CORE HIIT 小玉	13:20～14:20 腸活ヨガver.2 原田	
14:00								
15:00		15:00～16:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 三澤	15:00～16:00 ホットピラティス 原田	15:00～16:30 アド/ンス90 (会員様限定) 寺井	15:00～16:00 ポールでゆがみとりヨガ 寺井	15:00～16:00 青中美人ヨガ 三澤	15:00～16:00 スタンダード60 未定	
16:00						16:40～17:40 スタンダード60 西山	16:40～17:40 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小玉	
17:00		17:40～18:40 スタンダード60 西山	17:40～18:40 全身ととのう 寝たまんまヨガ 寺井	17:40～18:40 腸活ヨガver.2 原田	17:40～18:40 Sound Feel Yoga ver.2 原田			
18:00						18:30～19:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 三澤		
19:00		19:20～20:20 もも尻ヨガティス 寺井	19:20～20:20 肩コリリラックスヨガ 寺井	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 未定			
20:00								
21:00		21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 寺井	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小玉	21:00～22:00 スタンダード60 西山	21:00～22:00 青中美人ヨガ 三澤			
22:00								

定休日

定休日

ゆめタウン姫路店【7月9日～7月15日スケジュール】

	7月9日(火)	7月10日(水)	7月11日(木)	7月12日(金)	7月13日(土)	7月14日(日)	7月15日(月)
9:00							
10:00	10:00～11:00 スタンダード60 西山	10:00～11:00 免疫セラピーヨガ 小玉	10:00～11:00 スタンダード60 西山	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 小玉	10:00～11:00 ポールでゆがみとりヨガ 小玉	
11:00							
12:00	11:40～12:40 腸活ヨガver.2 原田	11:40～12:40 スタンダード60 西山	11:40～12:40 Sound Feel Yoga ver.2 原田	11:40～12:40 スタンダード60 西山	11:40～12:40 腫トレ ビューティーヨガ 三澤	11:40～12:40 青中美人ヨガ 原田	
13:00	13:20～14:20 スタンダード60 西山	13:20～14:50 EYハリーヨガ (会員様限定) 小玉	13:20～14:20 スタンダード60 西山	13:20～14:20 セルトル美脚ヨガ 小玉	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 スタンダード60 未定	
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 ホットピラティス 原田	15:00～16:00 スタンダード60 西山	15:00～16:00 エアロピヨガ 三澤	15:00～16:00 腸活ヨガver.2 原田	
16:00							
17:00					16:40～17:40 スタンダード60 未定	16:40～17:40 Sound Feel Yoga ver.2 小玉	
18:00	17:40～18:40 もも尻ヨガティス 小玉	17:40～18:40 スタンダード60 未定	17:40～18:40 全身ととのう 寝たまんまヨガ 小玉	17:40～18:25 BEAT CORE HIIT 三澤			
19:00					18:30～19:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小玉		
20:00	19:20～20:20 スタンダード60 未定	19:20～20:20 みるみる変わる 姿勢ピラティス 原田	19:20～20:05 Beat Drum Diet3.0 二の胸骨中Edition 小玉	19:20～20:20 スタンダード60 未定			
21:00	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 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 原田	21:00～22:00 スタンダード60 未定	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 三澤			
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♪



