

ゆめタウン姫路店【8月1日～8月8日スケジュール】

2024年7月16日更新

	8月1日(木)	8月2日(金)	8月3日(土)	8月4日(日)	8月5日(月)	8月6日(火)	8月7日(水)	8月8日(木)	
9:00					定 休 日				
10:00	10:00～11:00 肩コリラックスヨガ 寺前	10:00～11:00 スタンダード60 古家	10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 寺前	10:00～11:00 美ボディフロー ピラティス 小玉			10:00～11:00 肩コリラックスヨガ 寺前	10:00～11:00 スタンダード60 古家	10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ 寺前
11:00									
12:00	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 古家	11:40～12:40 はじめての「ワーク」 (会員様限定)小玉			11:40～12:40 スタンダード60 古家	11:40～12:40 骨盤矯正ヨガ 寺前	11:40～12:40 スタンダード60 寺前
13:00	13:20～14:20 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小玉	13:20～14:20 スタンダード60 古家	13:20～14:05 ピラティスブートキャンプ 小玉	13:20～14:20 リンパドレックスヨガ 西山			13:20～14:50 EXパワーヨガ (会員様限定)小玉	13:20～14:20 スタンダード60 古家	13:20～14:20 パワーヨガAdvance (会員様限定)小玉
14:00									
15:00	15:00～16:00 オトナのための オールインワンヨガ 原田	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 小玉	15:00～16:00 セルトル美脚ヨガ 小玉				15:00～16:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 原田	15:00～16:00 スタンダード60 古家
16:00									
17:00	17:10～18:40 アドバンス90 (会員様限定)小玉	17:40～18:40 肩コリラックスヨガ 寺前	16:40～17:40 背中美人ヨガ 原田	16:40～17:40 スタンダード60 西山			17:40～18:40 ホットピラティス 原田	17:40～18:40 背中美人ヨガ 原田	17:40～18:40 腫トレ ビューティーヨガ 小玉
18:00									
19:00	19:20～20:20 腸活ヨガver.2 原田	19:20～20:20 スタンダード60 西山	18:30～19:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 原田				19:20～20:20 リンパドレックスヨガ 西山	19:20～20:20 スタンダード60 西山	19:20～20:05 ピラティスブートキャンプ 小玉
20:00									
21:00	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の膵背中Edition 小玉	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 寺前					21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 原田	21:00～22:00 腸活ヨガver.2 原田	21:00～22:00 スタンダード60 古家
22:00									

ゆめタウン姫路店【8月9日～8月15日スケジュール】

	8月9日(金)	8月10日(土)	8月11日(日)	8月12日(月)	8月13日(火)	8月14日(水)	8月15日(木)	
9:00				定 休 日				
10:00	10:00～11:00 肩コリラックスヨガ 寺前	10:00～10:45 ピラティスブートキャンプ 小玉	10:00～11:00 スタンダード60 古家			10:00～11:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 原田	10:00～11:00 腸活ヨガ ver.2 原田	10:00～10:45 Beat Drum Diet3.0 二の膵背中Edition 小玉
11:00								
12:00	11:40～12:40 美ボディフロー ピラティス 小玉	11:40～12:40 骨盤矯正ヨガ 寺前	11:40～12:40 ホットピラティス 原田			11:40～12:40 肩コリラックスヨガ 寺前	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 免疫セラピーヨガ 小玉
13:00	13:20～14:20 スタンダード60 寺前	13:20～14:20 セルトル美脚ヨガ 小玉	13:20～14:20 スタンダード60 古家			13:20～14:20 Sound Feel Yoga ver.2 原田	13:20～14:20 骨盤矯正ヨガ 寺前	13:20～14:20 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 原田
14:00								
15:00	15:00～16:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 小玉	15:00～16:00 スタンダード60 西山	15:00～16:00 リンパドレックスヨガ 西山				15:00～16:00 セルトル美脚ヨガ 小玉	15:00～16:00 はじめての「ワーク」 (会員様限定)小玉
16:00								
17:00	17:40～18:40 スタンダード60 古家	16:40～17:40 みるみる変わる 姿勢ピラティス 原田	16:40～17:40 背中美人ヨガ 原田			17:40～18:40 パワーヨガAdvance (会員様限定)小玉	17:40～18:40 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 小玉	17:40～18:40 骨盤矯正ヨガ 寺前
18:00								
19:00	19:20～20:20 腸活ヨガ ver.2 原田	18:30～19:30 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 古家	19:20～20:05 ピラティスブートキャンプ 小玉	19:20～20:20 スタンダード60 西山
20:00								
21:00	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 原田					21:00～22:00 もも尻ヨガ 小玉	21:00～22:00 スタンダード60 古家	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 寺前
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▶



