

姫路駅前店【10月1日～10月7日スケジュール】

2024年9月16日更新

	10月1日(火)	10月2日(水)	10月3日(木)	10月4日(金)	10月5日(土)	10月6日(日)	10月7日(月)
9:00							定 休 日
10:00							
11:00	10:30～11:40 ディーブレスヨガ 園里	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 片山		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 川上	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 川上	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 片山	
12:00	12:15～13:15 スリムアップブレス 園下	12:15～13:15 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX 園下		12:15～13:15 スタンダード60 大畑	12:15～13:15 はじめてのﾊﾞｰｼﾞｮ (全員様限定) 田路	12:15～13:15 スタンダード60 大畑	
13:00							
14:00	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 片山	14:00～15:00 ホットピラティス 園下		14:00～15:00 腸活ヨガ ver.2 園里	14:00～15:00 スタンダード60 川上	14:00～14:45 ピラティスブートキャンプ 片山	
15:00							
16:00					15:45～16:45 腸活ヨガ ver.2 園里	15:45～16:45 スタンダード60 大畑	
17:00							
18:00	17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 田路		17:30～18:30 スタンダード60 大畑	17:30～18:30 ポールでゆがみとり 田路	17:30～18:30 スリムアップブレス 田路		
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 大畑	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 川上	19:15～20:15 肩コリラクセスヨガ 田路	19:15～20:15 背中美人ヨガ 片山			
20:00							
21:00	21:00～22:00 劇トレ ビューティーヨガ 田路	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 園里	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の美背中Edition 片山	21:00～22:00 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST 田路			
22:00							

姫路駅前店【10月8日～10月15日スケジュール】

	10月8日(火)	10月9日(水)	10月10日(木)	10月11日(金)	10月12日(土)	10月13日(日)	10月14日(月)	10月15日(火)	
9:00							定 休 日		
10:00									
11:00	10:30～11:30 ホットピラティス 片山	10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 園里		10:30～11:30 スタンダード60 大畑	10:30～11:30 背中美人ヨガ 田路	10:30～11:30 アロマリラクセスヨガ FRUITY DIET 田路			10:30～11:30 スタンダード60 大畑
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 大畑	12:15～13:15 背中美人ヨガ 片山		12:15～13:15 劇トレ ビューティーヨガ 田路	12:15～13:15 スタンダード60 大畑	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 川上			12:15～13:15 はじめてのﾊﾞｰｼﾞｮ (全員様限定) 田路
13:00									
14:00	14:00～14:45 ピラティスブートキャンプ 片山			14:00～15:00 パワーヨガAdvance (全員様限定) 田路	14:00～15:00 肩コリラクセスヨガ 田路	14:00～15:00 美ボディフロー ピラティス 田路			14:00～15:00 スタンダード60 大畑
15:00									
16:00					15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の美背中Edition 片山	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 川上			
17:00	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 園里	17:30～18:30 スタンダード60 大畑	17:30～18:15 ピラティスブートキャンプ 片山	17:30～18:30 スタンダード60 川上	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 片山				17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 川上
18:00									
19:00	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 川上	19:15～20:15 ポールでゆがみとり 田路	19:15～20:25 ディーブレスヨガ 園里	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 片山					19:15～20:25 ディーブレスヨガ 田路
20:00									
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 川上	21:00～22:00 スリムアップブレス 田路	21:00～22:00 肩コリラクセスヨガ 田路	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 片山					21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 川上
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。時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承ください。



姫路駅前店【10月16日～10月23日スケジュール】

	10月16日(水)	10月17日(木)	10月18日(金)	10月19日(土)	10月20日(日)	10月21日(月)	10月22日(火)	10月23日(水)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 田路		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 川上	10:30～11:30 スタンダード60 川上	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 松田		10:30～11:30 もも尻ヨガティス 片山	10:30～11:30 スタンダード60 川上
12:00	12:15～13:15 スタンダード60 大畑		12:15～13:00 ピラティスブートキャンプ 松田	12:15～13:15 ボールでゆがみとりヨガ 松田	12:15～13:15 スタンダード60 大畑		12:15～13:15 スタンダード60 大畑	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の眞骨中Edition 片山
13:00								
14:00	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 田路		14:00～15:00 スタンダード60 大畑	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)田路	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 松田		14:00～15:00 子宮温活ヨガ 田路	
15:00								
16:00				15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 松田	15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 川上			
17:00								
18:00		17:30～18:30 スタンダード60 川上	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 田路	17:30～18:30 ホットピラティス 片山			17:30～18:30 スタンダード60 川上	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 松田
19:00	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の眞骨中Edition 片山	19:15～20:15 腫トレ ビューティーヨガ 田路	19:15～20:15 もも尻ヨガティス 片山				19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)松田	19:15～20:15 スタンダード60 大畑
20:00								
21:00	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 片山	21:00～21:45 ピラティスブートキャンプ 片山	21:00～22:10 ディーブプレスヨガ 田路				21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 川上	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 田路
22:00								

定休日

姫路駅前店【10月24日～10月31日スケジュール】

	10月24日(木)	10月25日(金)	10月26日(土)	10月27日(日)	10月28日(月)	10月29日(火)	10月30日(水)	10月31日(木)
9:00								
10:00		10:30～11:30 スリムアッププレス 田路	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 川上	10:30～11:40 ディーブプレスヨガ 松田		10:30～11:30 子宮温活ヨガ 田路	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 松田	
11:00								
12:00		12:15～13:15 スタンダード60 大畑	12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 田路	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 川上		12:15～13:15 青中美人ヨガ 田路	12:15～13:15 スタンダード60 川上	
13:00								
14:00		14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 田路	14:00～15:00 スタンダード60 大畑	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の眞骨中Edition 片山		14:00～15:00 スタンダード60 大畑	14:00～15:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)田路	
15:00								
16:00			15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 川上	15:45～16:45 子宮温活ヨガ 田路				
17:00								
18:00	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 片山	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 片山	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 田路			17:30～18:15 Beat Drum Diet3.0 二の眞骨中Edition 片山		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 片山
19:00	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 松田	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 松田				19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 片山	19:15～20:00 ピラティスブートキャンプ 片山	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 松田
20:00								
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 大畑	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 片山				21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 川上	21:00～22:00 スタンダード60 大畑	21:00～22:00 ホットピラティス 片山
22:00								

定休日