

姫路駅前店【11月1日～11月8日スケジュール】

2024年11月9日更新

11/01	11/02	11/03	11/04	11/05	11/06	11/07	11/08	
金	土	日	月	火	水	木	金	
10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 大畑	全店 研 修	全店 研 修	定 休 日	10:30～11:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) 片山	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 田路		10:30～11:30 青雲矯正ヨガ (80分) 松田	
12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス (80分) 田路				12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 川上	12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分) 片山		12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 大畑	
14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 大畑					14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 片山		14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 松田	
17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 松田					17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 大畑	17:30～18:30 ココロカラダ リセットヨガ (80分) 松田	17:30～18:30 ディーププレスヨガ (70分) 田路	17:30～18:30 スリムアッププレス (80分) 田路
19:15～20:15 子宮温活ヨガ (80分) 田路					19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 川上	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 川上	19:15～20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 片山	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 川上
21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 松田					21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 大畑	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 松田	21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分) 田路	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 田路

姫路駅前店【11月9日～11月16日スケジュール】

11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 大畑	10:30～11:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) 片山	全店 研 修	10:30～11:30 腫トレビューティ ヨガ(80分) 田路	10:30～11:30 スリムアッププレス (80分) 田路		10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 川上	10:30～11:30 背中美人ヨガ (80分) 田路
12:15～13:15 もも原ヨガティス (80分) 片山	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 川上		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 川上	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 大畑	12:15～13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 松田	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 川上	
14:00～15:10 ディーププレスヨガ (70分) 田路	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 川上		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 田路	14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分) 田路	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 川上	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 松田	
15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (80分) 片山	15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 大畑					15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 松田	
17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 川上						17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分) 田路	
				17:30～18:30 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 松田		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 川上	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 大畑
				19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 大畑	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 松田	19:15～20:25 ディーププレスヨガ (70分) 松田	19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分) 田路
				21:00～21:45 ピラティス ブートキャンプ (45分) 松田	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 川上	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス (80分) 田路	21:00～22:00 肩こりリラックスヨガ (80分) 田路

- ◆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。

レッスンのWeb予約はこちらから



姫路駅前店【11月17日～11月24日スケジュール】

2024年11月9日更新

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 大畑	定休日	10:30～11:40 ディーププレスヨガ (70分) 松田	10:30～11:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 松田		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 川上	10:30～11:40 ディーププレスヨガ (70分) 田路	10:30～11:15 Beet Drum Diet 3.0 (45分) 松田
12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 川上		12:15～13:15 子宮温活ヨガ (80分) 田路	12:15～13:15 ホットピラティス (80分) 大畑		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 松田	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 川上	12:15～13:15 ココロカラダ リセットヨガ (80分) 松田
14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 大畑		14:00～14:45 ピラティス フットキャンピング (45分) 松田			14:00～14:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 田路	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 大畑	14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 大畑
15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (80分) 川上						15:45～16:45 リンパデトックスヨガ (80分) 川上	15:45～16:45 スタンダード80 (80分) 大畑
						17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス (80分) 田路	
			17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 大畑	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 川上	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 松田	17:30～18:30 青盤矯正ヨガ (80分) 松田	
			19:15～20:15 スリムアッププレス (80分) 田路	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 田路	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 川上	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 大畑	
			21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 大畑	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 川上	21:00～22:10 ディーププレスヨガ (70分) 松田	21:00～22:00 ホットピラティス (80分) 大畑	

姫路駅前店【11月25日～11月30日スケジュール】

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30
月	火	水	木	金	土
定休日	10:30～11:30 背中美人ヨガ (80分) 田路	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 大畑		10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 松田	10:30～11:30 青盤矯正ヨガ (80分) 松田
	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 大畑	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (80分) 田路		12:15～13:15 ココロカラダ リセットヨガ (80分) 松田	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 川上
	14:00～15:00 腫トレビューティー ヨガ(80分) 田路	14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 大畑		14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 大畑	14:00～15:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 田路
					15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ (80分) 川上
					17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 田路
	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 松田		17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分) 田路	17:30～18:30 ホットピラティス (80分) 大畑	
	19:15～20:15 青盤矯正ヨガ (80分) 松田	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 川上	19:15～20:15 スタンダード80 (80分) 大畑	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ (80分) 川上	
	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 川上	21:00～22:00 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 松田	21:00～22:00 スリムアッププレス (80分) 田路	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 川上	

【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)