

イオンモール高松店【12月1日～12月8日スケジュール】

2024年11月16日更新

12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30～11:30 もも原ヨガティス (80分) 中筋		10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 三澤	10:30～11:30 エアロヨガ (80分) 三澤		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 北山	10:30～11:15 ピラティス フットキャンピング (45分) 三澤	10:30～11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 北山
12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 北山		12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分) 三澤	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 三澤		12:15～13:15 ホットピラティス (80分) 北山	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 北山	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 出口
14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分) 出口		14:00～15:00 全身とどのう 寝たまんまヨガ (80分) 出口			14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 三澤	14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分) 三澤	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 北山
15:45～16:45 肩コリラックスヨガ (80分) 三澤						15:45～16:45 スリムアッププレス (80分) 出口	15:45～16:45 フェイスアップヨガ (80分) 出口
		17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 北山	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 出口	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (80分) 三澤	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 三澤	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 北山	
		19:05～20:05 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 中筋	19:05～20:05 リンパデトックスヨガ (80分) 北山	19:05～20:05 スタンダード80 (80分) 三澤	19:05～20:05 背中美人ヨガ (80分) 三澤		
		20:40～21:40 リンパデトックスヨガ (80分) 北山	20:40～21:40 スタンダード80 (80分) 北山	20:40～21:25 ピラティス フットキャンピング (45分) 三澤	20:40～21:40 子宮温活ヨガ (80分) 出口		

イオンモール高松店【12月9日～12月16日スケジュール】

12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16
月	火	水	木	金	土	日	月
	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 北山	10:30～11:30 もも原ヨガティス (80分) 中筋		10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分) 三澤	10:30～11:30 エアロヨガ (80分) 三澤	10:20～10:30 女性のための栄養学 プチ講座(10分) 三澤	
	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 三澤	12:15～13:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 北山		12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 北山	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 北山	10:30～11:30 フェスタ特別レッスン① 三澤	
	14:00～14:45 ピラティス フットキャンピング (45分) 三澤	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 中筋		14:00～15:00 スリムアッププレス (80分) 出口	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 三澤	12:05～12:15 ダイエットと食事 プチ講座(10分) 中筋	
					15:45～16:45 ホットピラティス (80分) 中筋	12:15～13:15 小顔リフトピラティス (80分) 中筋	
	17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 中筋		17:30～18:30 背中美人ヨガ (80分) 三澤	17:30～18:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 中筋	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 三澤	13:50～14:00 タンパク質と美肌の関係 プチ講座(10分) 三澤	
	19:05～20:05 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 三澤	19:05～20:05 子宮温活ヨガ (80分) 出口	19:05～20:05 全身とどのう 寝たまんまヨガ (80分) 出口	19:05～20:05 スタンダード80 (80分) 三澤		14:00～15:00 ステップアップアサナWS 三澤	
	20:40～21:40 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 中筋	20:40～21:40 エアロヨガ (80分) 三澤	20:40～21:40 リンパデトックスヨガ (80分) 北山	20:40～21:40 もも原ヨガティス (80分) 中筋		15:35～15:45 健康な体づくりの基本 プチ講座(10分) 出口	
						16:45～16:45 フェスタ特別レッスン② 出口	

- ◆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た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



イオンモール高松店【12月17日～12月24日スケジュール】

2024年11月16日更新

12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30～11:15 ピラティス ブートキャンプ (45分) 三澤	10:30～11:30 スタンダード80 (60分) 北山		10:30～11:30 小顔リフトピラティス (60分) 中筋	10:30～11:30 スリムアッププレス (60分) 出口	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 北山		10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 中筋
12:15～13:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 北山	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 出口		12:15～13:15 スタンダード80 (60分) 三澤	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (60分) 三澤	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 三澤		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 北山
14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 三澤	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 北山		14:00～15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 中筋	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 中筋	14:00～15:00 背中美人ヨガ (60分) 三澤		14:00～15:00 スタンダード80 (60分) 北山
				15:45～16:45 エアロピヨガ (60分) 三澤	15:45～16:45 子宮温活ヨガ (60分) 出口		
17:30～18:30 スタンダード80 (60分) 三澤	17:30～18:30 背中美人ヨガ (60分) 三澤	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 北山	17:30～18:30 スタンダード80 (60分) 北山	17:30～18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 北山			17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) 三澤
19:05～20:05 小顔リフトピラティス (60分) 中筋	19:05～20:05 スタンダード80 (60分) 三澤	19:05～20:05 スリムアッププレス (60分) 出口	19:05～20:05 子宮温活ヨガ (60分) 三澤				19:05～20:05 スタンダード80 (60分) 三澤
20:40～21:40 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分) 出口	20:40～21:40 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 三澤	20:40～21:40 スタンダード80 (60分) 北山	20:40～21:25 ピラティス ブートキャンプ (45分) 三澤				20:40～21:40 ホットピラティス (60分) 中筋

イオンモール高松店【12月25日～12月31日スケジュール】

12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31
水	木	金	土	日	月	火
10:30～11:30 フェイスアップヨガ (60分) 出口		10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) 三澤	10:30～11:30 もも尻ヨガティス (60分) 中筋	10:30～11:30 全身ととのう 寝たままヨガ (60分) 出口		
12:15～13:15 スタンダード80 (60分) 三澤		12:15～13:15 背中美人ヨガ (60分) 三澤	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (60分) 三澤	12:15～13:00 ピラティス ブートキャンプ (45分) 三澤		
		14:00～15:00 子宮温活ヨガ (60分) 三澤	14:00～15:00 スタンダード80 (60分) 三澤	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 北山		
			15:45～16:45 小顔リフトピラティス (60分) 中筋	15:45～17:45 108回太陽礼拝 (120分) 中筋		
17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 中筋	17:30～18:30 子宮温活ヨガ (60分) 出口	17:30～18:30 スタンダード80 (60分) 北山	17:30～18:30 背中美人ヨガ (60分) 三澤		年末年始休業	年末年始休業
19:05～20:05 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 中筋	19:05～20:05 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 中筋	19:05～20:05 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分) 出口				
20:40～21:40 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 三澤	20:40～21:40 エアロピヨガ (60分) 三澤	20:40～21:40 リンパデトックスヨガ (60分) 北山				

【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)