

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29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)		10:30～11:30 スタンダード80 (80分)	10:30～11:30 エアロピヨガ (80分)		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分)	10:30～11:15 ピラティス ブートキャンプ (45分)	10:30～11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分)
中筋		三澤	三澤		北山	三澤	北山
12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分)		12:15～13:15 背中美人ヨガ (80分)	12:15～13:15 スタンダード80 (80分)		12:15～13:15 ホットピラティス (80分)	12:15～13:15 スタンダード80 (80分)	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ (80分)
北山		三澤	三澤		中筋	北山	出口
14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)		14:00～15:00 全身ととのう 妻たままヨガ (80分)			14:00～15:00 スタンダード80 (80分)	14:00～15:00 子宮温活ヨガ (80分)	14:00～15:00 スタンダード80 (80分)
出口		出口			三澤	三澤	北山
15:45～16:45 肩コリラクソヨガ (80分)						15:45～16:45 スリムアッププレス (80分)	15:45～16:45 フェイスアップヨガ (80分)
三澤						出口	出口
		17:30～18:30 スタンダード80 (80分)	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ (80分)	17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 (80分)	17:30～18:30 スタンダード80 (80分)	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分)	
		北山	出口	三澤	三澤	北山	
		19:05～20:05 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	19:05～20:05 リンパデトックスヨガ (80分)	19:05～20:05 スタンダード80 (80分)	19:05～20:05 背中美人ヨガ (80分)		
		中筋	北山	三澤	三澤		
		20:40～21:40 リンパデトックスヨガ (80分)	20:40～21:40 スタンダード80 (80分)	20:40～21:25 ピラティス ブートキャンプ (45分)	20:40～21:40 子宮温活ヨガ (80分)		
		北山	北山	三澤	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)	10:30～11:30 もも原ヨガティス (80分)		10:30～11:30 子宮温活ヨガ (80分)	10:30～11:30 エアロピヨガ (80分)	10:20～10:30 女性のための栄養学 プチ講座(10分)	
	北山	中筋		三澤	三澤	三澤	
	12:15～13:15 スタンダード80 (80分)	12:15～13:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分)		12:15～13:15 スタンダード80 (80分)	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分)	10:30～11:30 フェスタ特別レッスン①	
	三澤	北山		北山	北山	三澤	
	14:00～14:45 ピラティス ブートキャンプ (45分)	14:00～15:00 アロマリラクソヨガ DEEP FOREST (80分)		14:00～15:00 スリムアッププレス (80分)	14:00～15:00 アロマリラクソヨガ FRUITY DIET (80分)	12:05～12:15 ダイエットと食事 プチ講座(10分)	
	三澤	中筋		出口	三澤	中筋	
					16:45～16:45 ホットピラティス (80分)	12:15～13:15 小顔リフトピラティス (80分)	
					中筋	中筋	
	17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)		17:30～18:30 背中美人ヨガ (80分)	17:30～18:30 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)	17:30～18:30 スタンダード80 (80分)	13:50～14:00 タンパク質と美肌 の関係 プチ講座(10分)	
	中筋		三澤	中筋	三澤	北山	
	19:05～20:05 アロマリラクソヨガ HERBAL RELAX (80分)	19:05～20:05 子宮温活ヨガ (80分)	19:05～20:05 全身ととのう 妻たままヨガ (80分)	19:05～20:05 スタンダード80 (80分)		14:00～15:30 ステップアップアサナWS	
	三澤	出口	出口	三澤		三澤	
	20:40～21:40 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分)	20:40～21:40 エアロピヨガ (80分)	20:40～21:40 リンパデトックスヨガ (80分)	20:40～21:40 もも原ヨガティス (80分)		16:05～16:15 健康な体づくりの 基本 プチ講座(10分)	
	中筋	三澤	北山	中筋		出口	
						16:15～17:15 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、翌月の予約可能回数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が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



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29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 (80分) 籠田		10:30～11:30 小顔リフトピラティス (80分) 中筋	10:30～11:30 スリムアッププレス (80分) 出口	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 北山		10:30～11:30 セルトル美顔ヨガ (80分) 中筋
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 セルトル美顔ヨガ (80分) 出口		12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (全員裸足) (80分) 中筋	12:15～13:15 肩こりラックスヨガ (80分) 三澤	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 三澤		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 北山
14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 三澤	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 籠田		14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 籠田	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 中筋	14:00～15:00 育中美人ヨガ (80分) 三澤		14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 北山
				15:45～16:45 エアロビヨガ (80分) 三澤	15:45～16:45 子宮温活ヨガ (80分) 出口		
17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 籠田	17:30～18:30 育中美人ヨガ (80分) 三澤	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 北山	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 北山	17:30～18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 北山			17:30～18:30 風活ヨガ ver.2 (80分) 籠田
19:05～20:05 小顔リフトピラティス (80分) 中筋	19:05～20:05 スタンダード80 (80分) 籠田	19:05～20:05 スリムアッププレス (80分) 出口	19:05～20:05 子宮温活ヨガ (80分) 三澤				19:05～20:05 スタンダード80 (80分) 籠田
20:40～21:40 はじめてのパワーヨガ (全員裸足) (80分) 中筋	20:40～21:40 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 三澤	20:40～21:40 スタンダード80 (80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 (80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 (80分) 出口		10:30～11:30 風活ヨガ ver.2 (80分) 籠田	10:30～11:30 もも尻ヨガティス (80分) 中筋	10:30～11:30 金身とどう 寝たまんまヨガ (80分) 出口		
12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 籠田		12:15～13:15 育中美人ヨガ (80分) 三澤	12:15～13:15 肩こりラックスヨガ (80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 (80分) 三澤	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 籠田	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ (80分) 北山		
			15:45～16:45 小顔リフトピラティス (80分) 中筋	15:45～17:45 108回木曜礼拝 (120分) 中筋	年末年始休業	年末年始休業
17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (全員裸足) (80分) 中筋	17:30～18:30 子宮温活ヨガ (80分) 出口	17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 北山	17:30～18:30 育中美人ヨガ (80分) 三澤			
19:05～20:05 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (80分) 中筋	19:05～20:05 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 中筋	19:05～20:05 パワーヨガAdvance (全員裸足) (80分) 出口				
20:40～21:40 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 三澤	20:40～21:40 エアロビヨガ (80分) 三澤	20:40～21:40 リンパデトックスヨガ (80分) 北山				

【お問い合わせセンター】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)