

姫路駅前店【1月17日～1月24日スケジュール】

2024年12月16日更新

01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24	
金	土	日	月	火	水	木	金	
10:30~11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分)	10:30~11:30 子宮温活ヨガ (80分)	10:30~11:30 ホットピラティス (80分)	定休日	10:30~11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	10:30~11:30 スタンダード80 (80分)		10:30~11:30 お腹引き締めヨガ (80分)	
田路	田路	大畑		田路	大畑		川上	
12:15~13:15 お腹引き締めヨガ (80分)	12:15~13:15 骨盤矯正ヨガ (80分)	12:15~13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)		12:15~13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分)	12:15~13:15 背中美人ヨガ (80分)		12:15~13:15 骨盤矯正ヨガ (80分)	
川上	松田	松田		松田	田路		松田	
14:00~15:00 肩こりリラックスヨガ (80分)	14:00~15:00 美ボディフロー ピラティス(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 リンパデトックスヨガ (80分)	
田路	田路	大畑		田路			川上	
	15:45~16:45 スタンダード80 (80分)	15:45~16:45 ココロカラダ リセットヨガ(80分)						
	大畑	松田						
	17:30~18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)							
	松田							
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 リンパデトックスヨガ (80分)	17:30~18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分)	17:30~18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)
大畑					川上	川上	田路	田路
19:15~20:15 リンパデトックスヨガ (80分)					19:15~20:00 ピラティス フットキャンピング(45分)	19:15~20:15 ココロカラダ リセットヨガ(80分)	19:15~20:15 小顔リフトピラティス (80分)	19:15~20:15 スタンダード80 (80分)
川上					松田	松田	小玉	大畑
21:00~22:00 ホットピラティス (80分)				21:00~22:00 リンパデトックスヨガ (80分)	21:00~22:00 エアロビヨガ (80分)	21:00~22:00 Sound Feel Yoga ver:2(80分)	21:00~22:00 肩こりリラックスヨガ (80分)	
大畑				川上	川上	松田	田路	

姫路駅前店【1月25日～1月31日スケジュール】

01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31	
土	日	月	火	水	木	金	
10:30~11:30 リンパデトックスヨガ (80分)	10:30~11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分)	定休日	10:30~11:40 ディープブレスヨガ (70分)	10:30~11:30 美ボディフロー ピラティス(80分)		10:30~11:30 ホットピラティス (80分)	
川上	松田		松田	田路		大畑	
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 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 ココロカラダ リセットヨガ(80分)	
大畑	大畑		田路	大畑		松田	
14:00~15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分)	14:00~15:00 エアロビヨガ (80分)		14:00~14:45 ピラティス フットキャンピング(45分)			14:00~15:00 スタンダード80 (80分)	
田路	川上		松田			大畑	
15:45~16:45 お腹引き締めヨガ (80分)	15:45~16:45 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ(80分)						
川上	松田						
17:30~18:30 腫れビューティー ヨガ(80分)							
田路							
				17:30~18:30 スタンダード80 (80分)	17:30~18:30 ホットピラティス (80分)	17:30~18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	17:30~18:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ(80分)
				大畑	大畑	松田	田路
				19:15~20:15 腫れビューティー ヨガ(80分)	19:15~20:15 お腹引き締めヨガ (80分)	19:15~20:15 リンパデトックスヨガ (80分)	19:15~20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)
				田路	川上	川上	田路
			21:00~22:00 ホットピラティス (80分)	21:00~22:00 スタンダード80 (80分)	21:00~22:00 骨盤矯正ヨガ (80分)	21:00~22:00 セルトル美脚ヨガ (80分)	
			大畑	川上	松田	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)