

3 イオンモール高松店【1月1日～1月8日スケジュール】

2024年12月16日更新

01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08
水	木	金	土	日	月	火	水
年末年始休業	年末年始休業		10:30~11:30 肩活ヨガ ver.2 (80分) 三澤	10:30~11:30 お腹引き締めヨガ (80分) 三澤	定休日	10:30~11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 中筋	10:30~11:30 スタンダード80 (80分) 三澤
			12:15~13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 中筋	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	12:15~13:15 背中美人ヨガ (80分) 三澤
		14:00~15:00 みるみる変わる姿勢ピラティス (80分) 中筋	14:00~15:00 スタンダード80 (80分) 北山	14:00~15:00 免疫セラピーヨガ (80分) 出口		14:00~15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 中筋	14:00~15:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 出口
		15:45~16:45 エアロビヨガ (80分) 三澤	15:45~16:45 ホットピラティス (80分) 中筋	15:45~17:15 アドメンズ80 (会員様限定) (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 リンパデトックスヨガ (80分) 北山			17:30~18:30 子宮温活ヨガ (80分) 三澤	
						19:05~20:05 スタンダード80 (80分) 三澤	19:05~20:05 小顔リフトピラティス (80分) 中筋
						20:40~21:40 お腹引き締めヨガ (80分) 三澤	20:40~21:40 スタンダード80 (80分) 北山

イオンモール高松店【1月9日～1月16日スケジュール】

01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30~11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 出口	10:30~11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 中筋	10:30~11:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (80分) 出口	定休日	10:30~11:30 エアロビヨガ (80分) 三澤	10:30~11:30 スタンダード80 (80分) 三澤	
	12:15~13:15 スリムアッププレス (80分) 出口	12:15~13:25 ディーププレスヨガ (70分) 出口	12:15~13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 三澤		12:15~13:15 肩活ヨガ ver.2 (80分) 三澤	12:15~13:15 スリムアッププレス (80分) 出口	
	14:00~15:00 スタンダード80 (80分) 北山	14:00~15:00 小顔リフトピラティス (80分) 中筋	14:00~15:00 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 中筋		14:00~15:00 美ボディフローピラティス (80分) 中筋		
		15:45~16:45 美ボディフローピラティス (80分) 出口	15:45~16:45 子宮温活ヨガ (80分) 三澤				
17:30~18:15 BEAT CORE HIT (45分) 三澤	17:30~18:30 スタンダード80 (80分) 三澤	17:30~18:30 肩活ヨガ ver.2 (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 背中美人ヨガ (80分) 三澤	17:30~18:30 免疫セラピーヨガ (80分) 出口
19:05~20:05 肩活ヨガ ver.2 (80分) 三澤	19:05~20:05 エアロビヨガ (80分) 三澤				19:05~20:05 スリムアッププレス (80分) 出口	19:05~20:05 スタンダード80 (80分) 北山	19:05~20:05 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 出口
20:40~21:40 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 三澤	20:40~21:40 リンパデトックスヨガ (80分) 三澤				20:40~21:40 スタンダード80 (80分) 三澤	20:40~21:40 子宮温活ヨガ (80分) 三澤	20:40~21:40 お腹引き締めヨガ (80分) 三澤

- ◆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下さい。

レッスンのWeb予約はこちらから



3320012

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	
10:30~11:15 BEAT CORE HIIT (45分)	10:30~11:30 スタンダード80 (80分)	10:30~11:30 背中美人ヨガ (80分)	定休日	10:30~11:30 骨盤矯正ヨガ (80分)	10:30~11:30 スタンダード80 (80分)		10:30~11:30 ホットピラティス (80分)	
三澤	鎌田	三澤		出口	北山		和平	
12:15~13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分)	12:15~13:15 スリムアッププレス (80分)	12:15~13:15 リンパデトックスヨガ (80分)		12:15~13:15 スタンダード80 (80分)	12:15~13:15 北山	12:15~13:45 EX(パワー)ヨガ (会員様限定)(90分)		12:15~13:25 ディーププレスヨガ (70分)
三澤	出口	北山		北山	北山	和平		出口
14:00~15:00 腸活ヨガ ver.2 (80分)	14:00~15:00 スタンダード80 (80分)	14:00~15:00 エアロピヨガ (80分)		14:00~15:00 スリムアッププレス (80分)	14:00~15:00 スリムアッププレス (80分)	14:30~15:30 免疫セラピーヨガ (80分)		14:00~15:00 リンパデトックスヨガ (80分)
鎌田	鎌田	三澤		出口	出口	出口		北山
	15:45~16:45 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)	15:45~16:45 スタンダード80 (80分)						
	出口	鎌田						
17:30~18:30 スタンダード80 (80分)	17:30~18:30 腸活ヨガ ver.2 (80分)				17:30~18:30 ホットピラティス (80分)		17:30~18:30 みるみる変わる姿勢ピラティス(80分)	17:30~18:30 お腹引き締めヨガ (80分)
北山	鎌田				和平		和平	三澤
19:05~20:05 リンパデトックスヨガ (80分)					19:05~20:05 腸活ヨガ ver.2 (80分)	19:05~20:05 スリムアッププレス (80分)	19:05~20:05 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分)	19:05~20:05 スタンダード80 (80分)
					鎌田	出口	出口	鎌田
20:40~21:40 美ボディフローピラティス(80分)					20:40~21:40 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分)	20:40~21:40 小顔リフトピラティス (80分)	20:40~21:40 エアロピヨガ (80分)	20:40~21:40 子宮温活ヨガ (80分)
出口					和平	和平	和平	三澤

イオンモール高松店【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 免疫セラピーヨガ (80分)	10:30~11:15 BEAT CORE HIIT (45分)	定休日	10:30~11:30 エアロピヨガ (80分)	10:30~11:30 腸活ヨガ ver.2 (80分)		10:30~11:30 子宮温活ヨガ (80分)	
出口	三澤		和平	鎌田		三澤	
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)		12:15~13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分)	12:15~13:15 美ボディフローピラティス(80分)		12:15~13:15 スタンダード80 (80分)	
北山	和平		出口	出口		鎌田	
14:00~15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)	14:00~15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分)		14:00~15:00 小顔リフトピラティス (80分)			14:00~14:45 BEAT CORE HIIT (45分)	
出口	三澤		和平			三澤	
15:45~16:45 背中美人ヨガ (80分)	15:45~17:15 EX(パワー)ヨガ (会員様限定)(90分)						
三澤	和平						
17:30~18:30 リンパデトックスヨガ (80分)			17:30~18:30 スタンダード80 (80分)	17:30~18:30 背中美人ヨガ (80分)	17:30~18:30 ホットピラティス (80分)	17:30~18:30 みるみる変わる姿勢ピラティス(80分)	17:30~18:30 みるみる変わる姿勢ピラティス(80分)
三澤			鎌田	三澤	和平	和平	和平
			19:05~20:05 お腹引き締めヨガ (80分)	19:05~20:05 スタンダード80 (80分)	19:05~20:05 腸活ヨガ ver.2 (80分)	19:05~20:05 スタンダード80 (80分)	19:05~20:05 スタンダード80 (80分)
			三澤	北山	鎌田	北山	北山
			20:40~21:40 リンパデトックスヨガ (80分)	20:40~21:40 Sound Feel Yoga ver.2(80分)	20:40~21:40 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分)	20:40~21:40 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)	20:40~21:40 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分)
			北山	和平	和平	出口	出口

【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)