

姫路駅前店【2月1日～2月8日スケジュール】

2025年1月16日更新

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30~11:30 花粉症スッキリヨガ (80分) 大畑	10:30~11:30 お腹引き締めヨガ (80分) 川上	定休日	10:30~11:30 ホットピラティス (80分) 大畑	10:30~11:30 骨盤矯正ヨガ (80分) 松田		10:30~11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 松田	10:30~11:15 ピラティス ブートキャンプ(45分) 松田	
12:15~13:15 エアロビヨガ (80分) 川上	12:15~13:15 肩コリラックスヨガ (80分) 田路		12:15~13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 田路	12:15~13:15 花粉症スッキリヨガ (80分) 大畑	12:15~13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 松田		12:15~13:15 背中美人ヨガ (80分) 田路	12:15~13:15 スタンダード80 (80分) 大畑
14:00~15:00 子宮温活ヨガ (80分) 田路	14:00~15:00 ホットピラティス (80分) 大畑		14:00~15:00 花粉症スッキリヨガ (80分) 大畑	14:00~15:00 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 松田		14:00~15:00 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ(80分) 松田	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 FRUITY DIET (80分) 松田
15:45~16:45 スタンダード80 (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 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 松田
17:30~18:30 美ボディフロー ピラティス(80分) 田路								17:30~18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 川上
				17:30~18:30 ココロカラダ リセットヨガ(80分) 松田		17:30~18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 田路	17:30~18:30 お腹引き締めヨガ (80分) 川上	
				19:15~20:15 子宮温活ヨガ (80分) 田路	19:15~20:15 美ボディフロー ピラティス(80分) 田路	19:15~20:15 エアロビヨガ (80分) 川上	19:15~20:15 花粉症スッキリヨガ (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 リンパデトックスヨガ (80分) 川上	21:00~22:00 腫トレビューティー ヨガ(80分) 田路	21:00~22:00 スタンダード80 (80分) 川上	

姫路駅前店【2月9日～2月16日スケジュール】

02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30~11:30 ココロカラダ リセットヨガ(80分) 松田	定休日	10:30~11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 川上	10:30~11:30 ホットピラティス (80分) 大畑		10:30~11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 松田	10:30~11:30 スタンダード80 (80分) 大畑	10:30~11:30 エアロビヨガ (80分) 川上	
12:15~13:15 ホットピラティス (80分) 大畑		12:15~13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 松田	12:15~13:15 スタンダード80 (80分) 川上	12:15~13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 川上	12:15~13:15 リンパデトックスヨガ (80分) 川上	12:15~13:15 お腹引き締めヨガ (80分) 川上	12:15~13:15 花粉症スッキリヨガ (80分) 大畑	12:15~13:15 花粉症スッキリヨガ (80分) 大畑
14:00~15:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 松田		14:00~15:00 お腹引き締めヨガ (80分) 川上	14:00~15:00 花粉症スッキリヨガ (80分) 大畑		14:00~14:45 ピラティス ブートキャンプ(45分) 松田	14:00~15:00 腫トレビューティー ヨガ(80分) 田路	14:00~15:00 スタンダード80 (80分) 川上	14:00~15:00 スタンダード80 (80分) 川上
15:45~16:45 エアロビヨガ (80分) 川上		15:45~16:45 花粉症スッキリヨガ (80分) 大畑	15:45~16:45 花粉症スッキリヨガ (80分) 大畑			15:45~16:45 花粉症スッキリヨガ (80分) 大畑	15:45~16:45 ホットピラティス (80分) 大畑	15:45~16:45 ホットピラティス (80分) 大畑
			17:30~18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 松田				17:30~18:30 背中美人ヨガ (80分) 田路	
				17:30~18:30 骨盤矯正ヨガ (80分) 松田	17:30~18:30 エアロビヨガ (80分) 川上	17:30~18:30 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ(80分) 田路		
				19:15~20:15 セルトル美脚ヨガ (80分) 川上	19:15~20:15 ココロカラダ リセットヨガ(80分) 松田	19:15~20:15 スタンダード80 (80分) 大畑		
				21:00~21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 松田	21:00~22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 田路	21:00~22:00 美ボディフロー ピラティス(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



姫路駅前店【2月17日～2月24日スケジュール】

2025年1月16日更新

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24
月	火	水	木	金	土	日	月
定休日	10:30~11:30 花粉症スッキリヨガ (60分) 大畑	10:30~11:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 川上		10:30~11:30 腫トレビューティー ヨガ(60分) 田路	10:30~11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 曾根原	10:30~11:30 子宮温活ヨガ (60分) 田路	
	12:15~13:15 スタンダード80 (60分) 川上	12:15~13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 曾根原		12:15~13:15 エアロビヨガ (60分) 川上	12:15~13:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ(60分) 田路	12:15~13:15 ホットピラティス (60分) 大畑	
	14:00~15:00 ホットピラティス (60分) 大畑	14:00~15:00 スタンダード80 (60分) 川上		14:00~15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(60分) 田路	14:00~15:00 肩こりリラックスヨガ (60分) 曾根原	14:00~15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)(60分) 田路	
					15:45~16:45 背中美人ヨガ (60分) 田路	15:45~16:45 スタンダード80 (60分) 大畑	
					17:30~18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(60分) 田路		定休日
	17:30~18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 田路		17:30~18:30 スタンダード80 (60分) 大畑	17:30~18:30 花粉症スッキリヨガ (60分) 大畑			
	19:15~20:15 お腹引き締めヨガ (60分) 川上	19:15~20:15 腫トレビューティー ヨガ(60分) 曾根原	19:15~20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 川上	19:15~20:00 ピラティス ブートキャンプ(45分) 曾根原			
	21:00~22:00 肩こりリラックスヨガ (60分) 田路	21:00~22:00 背中美人ヨガ (60分) 田路	21:00~22:00 ホットピラティス (60分) 大畑	21:00~22:00 スタンダード80 (60分) 大畑			

姫路駅前店【2月25日～2月28日スケジュール】

02/25	02/26	02/27	02/28
火	水	木	金
10:30~11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 田路	10:30~11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(60分) 曾根原		10:30~11:30 スタンダード80 (60分) 大畑
12:15~13:15 花粉症スッキリヨガ (60分) 大畑	12:15~13:15 幾何ボディロー ピラティス(60分) 田路		12:15~13:15 腫トレビューティー ヨガ(60分) 曾根原
14:00~15:00 子宮温活ヨガ (60分) 田路			14:00~15:00 ホットピラティス (60分) 大畑
17:30~18:30 腫トレビューティー ヨガ(60分) 曾根原	17:30~18:30 ホットピラティス (60分) 大畑	17:30~18:30 肩こりリラックスヨガ (60分) 曾根原	17:30~18:30 背中美人ヨガ (60分) 田路
19:15~20:15 スタンダード80 (60分) 大畑	19:15~20:15 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ(60分) 田路	19:15~20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 曾根原	19:15~20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(60分) 曾根原
21:00~21:45 ピラティス ブートキャンプ(45分) 曾根原	21:00~22:00 花粉症スッキリヨガ (60分) 大畑	21:00~22:00 スタンダード80 (60分) 田路	21:00~22:00 子宮温活ヨガ (60分) 田路

【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)