

ゆめタウン姫路店【3月1日～3月8日スケジュール】

2025年2月16日更新

03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08
土	日	月	火	水	木	金	土
10:00～11:00 青盤矯正ヨガ (80分) 寺前	10:00～11:00 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 菅根原	定休日	10:00～11:00 腸活ヨガ ver.2 (80分) 寺前	10:00～11:00 背中美人ヨガ (80分) 古家	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ (80分) 西山	10:00～11:00 スタンダード80 (80分) 古家	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 西山
11:40～12:40 ホットピラティス (80分) 古家	11:40～12:40 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 西山		11:40～12:40 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 古市	11:40～12:40 花粉症スッキリヨガ (80分) 原田	11:40～12:40 セルトル美脚ヨガ (80分) 寺前	11:40～13:10 アドバンス90 (会員様限定) (90分) 岡下	11:40～12:40 肩コリラックスヨガ (80分) 寺前
13:20～14:20 リンパデトックスヨガ (80分) 西山	13:20～14:20 お腹引き締めヨガ (80分) 菅根原		13:20～14:20 骨盤矯正ヨガ (80分) 寺前	13:20～14:20 スタンダード80 (80分) 古家	13:20～14:20 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 西山	13:50～14:50 リンパデトックスヨガ (80分) 古家	13:20～14:20 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 原田
15:00～16:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 寺前	15:00～16:00 スタンダード80 (80分) 西山		15:00～16:00 スタンダード80 (80分) 西山	15:00～16:00 美ボディフローピラティス (80分) 原田	15:00～16:00 肩コリラックスヨガ (80分) 寺前		15:00～16:00 青盤矯正ヨガ (80分) 寺前
16:40～17:40 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 西山	16:40～17:40 リンパデトックスヨガ (80分) 古家						16:40～17:40 美ボディフローピラティス (80分) 原田
18:30～19:30 背中美人ヨガ (80分) 古家							18:30～19:30 スタンダード80 (80分) 西山
				17:40～18:40 もも原ヨガティス (80分) 菅根原	17:40～18:40 リンパデトックスヨガ (80分) 西山	17:40～18:40 背中美人ヨガ (80分) 古家	17:40～18:40 全身とのお腹たまんまヨガ (80分) 寺前
				19:20～20:20 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 西山	19:20～20:20 ダイエットヨガ (80分) 古家	19:20～20:20 スタンダード80 (80分) 西山	19:20～20:20 エアロビヨガ (80分) 原田
				21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (80分) 菅根原	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 西山	21:00～22:00 ホットピラティス (80分) 古家	21:00～22:00 青盤矯正ヨガ (80分) 寺前

ゆめタウン姫路店【3月9日～3月16日スケジュール】

03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16
日	月	火	水	木	金	土	日
10:00～11:00 エアロビヨガ (80分) 原田	定休日	10:00～11:00 腸活ヨガ ver.2 (80分) 寺前	10:00～11:00 美ボディフローピラティス (80分) 原田	10:00～11:00 肩コリラックスヨガ (80分) 寺前	10:00～11:00 花粉症スッキリヨガ (80分) 原田	10:00～11:00 全身とのお腹たまんまヨガ (80分) 寺前	10:00～11:00 ダイエットヨガ (80分) 古家
11:40～12:40 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分) 西山		11:40～12:40 お腹引き締めヨガ (80分) 小玉	11:40～12:40 スタンダード80 (80分) 西山	11:40～12:40 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分) 原田	11:40～12:40 ダイエットヨガ (80分) 古家	11:40～12:40 腸活ヨガ ver.2 (80分) 菅根原	11:40～12:40 スタンダード80 (80分) 西山
13:20～14:20 リンパデトックスヨガ (80分) 古家		13:20～14:20 全身とのお腹たまんまヨガ (80分) 寺前	13:20～14:20 花粉症スッキリヨガ (80分) 原田	13:20～14:20 青盤矯正ヨガ (80分) 寺前	13:20～14:20 オトナのためのオールインワンヨガ (80分) 原田	13:20～14:20 セルトル美脚ヨガ (80分) 寺前	13:20～14:20 肩コリラックスヨガ (80分) 菅根原
15:00～16:00 背中美人ヨガ (80分) 原田		15:00～16:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分) 小玉	15:00～16:00 エアロビヨガ (80分) 原田			15:00～16:00 リンパデトックスヨガ (80分) 西山	15:00～16:00 ホットピラティス (80分) 古家
16:40～17:40 スタンダード80 (80分) 古家						16:40～17:40 もも原ヨガティス (80分) 菅根原	16:40～17:40 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 西山
						18:30～19:30 スタンダード80 (80分) 西山	
			17:40～18:40 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 菅根原	17:40～18:40 リンパデトックスヨガ (80分) 古家	17:40～18:40 お腹引き締めヨガ (80分) 小玉	17:40～18:40 スタンダード80 (80分) 西山	
			19:20～20:20 リンパデトックスヨガ (80分) 古家	19:20～20:20 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 寺前	19:20～20:20 スタンダード80 (80分) 古家	19:20～20:20 ホットピラティス (80分) 古家	
			21:00～22:00 オトナのためのオールインワンヨガ (80分) 菅根原	21:00～22:00 背中美人ヨガ (80分) 古家	21:00～22:00 子宮温活ヨガ (80分) 小玉	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 西山	

- ◆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



ゆめタウン姫路店【3月17日～3月24日スケジュール】

2025年2月16日更新

03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24
月	火	水	木	金	土	日	月
定休日	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ (80分) 西山	10:00～11:00 ホットピラティス (80分) 古家	10:00～11:00 お腹引き締めヨガ (80分) 曾根原	10:00～11:00 スタンダード80 (80分) 古家	10:00～11:00 肩コリラックスヨガ (80分) 曾根原	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 西山	定休日
	11:40～12:40 背中美人ヨガ (80分) 古家	11:40～12:40 リンパデトックスヨガ (80分) 西山	11:40～12:40 スタンダード80 (80分) 西山	11:40～12:40 リンパデトックスヨガ (80分) 寺前	11:40～12:40 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分) 寺前	11:40～12:40 花粉症スッキリヨガ (80分) 原田	
	13:20～14:20 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 西山	13:20～14:20 ダイエットヨガ (80分) 古家	13:20～14:20 腸活ヨガ ver.2 (80分) 原田	13:20～14:20 リンパデトックスヨガ (80分) 古家	13:20～14:20 もも尻ヨガティス (80分) 曾根原	13:20～14:20 背中美人ヨガ (80分) 古家	
	15:00～16:00 ダイエットヨガ (80分) 古家		15:00～16:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 西山	15:00～16:00 子宮温活ヨガ (80分) 寺前	15:00～16:00 Sound Feel Yoga ver.2 (80分) 原田	15:00～16:00 リンパデトックスヨガ (80分) 西山	
			16:40～17:40 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 原田		16:40～17:40 リンパデトックスヨガ (80分) 古家	16:40～17:40 美ボディフロー ピラティス(80分) 原田	
			18:30～19:30 もも尻ヨガティス (80分) 曾根原		18:30～19:30 オトナのための オールインヨガ (80分) 原田		
	17:40～18:40 エアロビヨガ (80分) 原田	17:10～18:10 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 曾根原		17:40～18:40 セルトル美脚ヨガ (80分) 西山			
	19:20～20:20 スタンダード80 (80分) 西山	18:50～19:50 花粉症スッキリヨガ (80分) 原田		19:20～20:20 お腹引き締めヨガ (80分) 古家			
	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 (80分) 原田	20:30～22:00 アドバンス80 (会員様限定) (90分) 曾根原		21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 西山			

ゆめタウン姫路店【3月25日～3月31日スケジュール】

03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31
火	水	木	金	土	日	月
10:00～11:00 セルトル美脚ヨガ (80分) 西山	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ (80分) 西山	10:00～11:00 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分) 寺前	10:00～11:00 美ボディフロー ピラティス (80分) 原田	10:00～11:00 花粉症スッキリヨガ (80分) 原田	10:00～11:00 リンパデトックスヨガ (80分) 古家	定休日
11:40～12:40 子宮温活ヨガ (80分) 寺前	11:40～12:40 オトナのための オールインヨガ (80分) 原田	11:40～12:40 ホットピラティス (80分) 曾根原	11:40～12:40 スタンダード80 (80分) 曾根原	11:40～12:40 セルトル美脚ヨガ (80分) 西山	11:40～12:40 エアロビヨガ (80分) 原田	
13:20～14:20 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 西山	13:20～14:20 パワーヨガAdvance (会員様限定) (80分) 寺前	13:20～14:20 腸活ヨガ ver.2 (80分) 寺前	13:20～14:20 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 原田	13:20～14:20 リンパデトックスヨガ (80分) 古家	13:20～14:20 スタンダード80 (80分) 西山	
15:00～16:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 寺前		15:00～16:00 お腹引き締めヨガ (80分) 古家	15:00～16:00 子宮温活ヨガ (80分) 寺前	15:00～16:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分) 原田	15:00～16:00 お腹引き締めヨガ (80分) 曾根原	
				16:40～17:40 ダイエットヨガ (80分) 古家	16:40～17:40 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分) 寺前	
				18:30～19:30 スタンダード80 (80分) 西山		
17:40～18:40 お腹引き締めヨガ (80分) 古家	17:40～18:40 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 曾根原	17:40～18:40 リンパデトックスヨガ (80分) 西山	17:40～18:40 セルトル美脚ヨガ (80分) 西山			
19:20～20:20 全身とこのう 寝たまんまヨガ (80分) 寺前	19:20～20:20 スタンダード80 (80分) 古家	19:20～20:20 背中美人ヨガ (80分) 古家	19:20～20:20 花粉症スッキリヨガ (80分) 原田			
21:00～22:00 ホットピラティス (80分) 古家	21:00～22:00 肩コリラックスヨガ (80分) 曾根原	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 西山	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 西山			

【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)