

ゆめタウン姫路店【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	
10:00~11:00 小顔リフトピラティス (80分)	10:00~11:00 背中美人ヨガ (80分)	定休日	10:00~11:00 お腹引き締めヨガ (80分)	10:00~11:00 リンパデトックスヨガ (80分)	10:00~11:00 セルトル美脚ヨガ (80分)	10:00~11:00 骨盤矯正ヨガ (80分)	10:00~11:00 エアロピヨガ (80分)	
寺前	古家		小玉	寺前	寺前	寺前	原田	
11:40~12:40 ダイエットヨガ (80分)	11:40~12:40 スタンダード80 (80分)		11:40~12:40 オトナのための オールインヨガ (80分)	11:40~12:40 花粉症スッキリヨガ (80分)	11:40~12:40 スタンダード80 (80分)	11:40~12:40 お腹引き締めヨガ (80分)	11:40~12:40 小顔リフトピラティス (80分)	
古家	西山		原田	原田	西山	小玉	寺前	
13:20~14:20 骨盤矯正ヨガ (80分)	13:20~14:20 エアロピヨガ (80分)		13:20~14:20 エクササイズヨガ (会員様限定) (80分)	13:20~14:20 スタンダード80 (80分)	13:20~14:20 小顔リフトピラティス (80分)	13:20~14:20 スタンダード80 (80分)	13:20~14:20 ダイエットヨガ (80分)	
寺前	原田		小玉	西山	寺前	寺前	古家	
15:00~16:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	15:00~16:00 リンパデトックスヨガ (80分)			15:00~16:00 美ボディフロー ピラティス (80分)	15:00~16:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)	15:00~16:00 子宮温活ヨガ (80分)	15:00~16:00 リンパデトックスヨガ (80分)	
西山	古家			原田	西山	小玉	西山	
16:40~17:40 Sound Feel Yoga ver.2 (80分)	16:40~17:40 オトナのための オールインヨガ (80分)						16:40~17:40 ホットピラティス (80分)	
原田	原田						古家	
18:30~19:30 リンパデトックスヨガ (80分)							18:30~19:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (80分)	
西山							西山	
				17:40~18:40 リンパデトックスヨガ (80分)	17:40~18:40 子宮温活ヨガ (80分)	17:40~18:40 スタンダード80 (80分)	17:40~18:40 ホットピラティス (80分)	
				古家	小玉	古家	古家	
			19:20~20:20 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	19:20~20:20 スタンダード80 (80分)	19:20~20:20 Sound Feel Yoga ver.2 (80分)	19:20~20:20 花粉症スッキリヨガ (80分)		
			西山	古家	原田	原田		
			21:00~22:00 背中美人ヨガ (80分)	21:00~22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (80分)	21:00~22:00 リンパデトックスヨガ (80分)	21:00~22:00 ダイエットヨガ (80分)		
			古家	小玉	古家	古家		

ゆめタウン姫路店【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
10:00~11:00 スタンダード80 (80分)	定休日	10:00~11:00 リンパデトックスヨガ (80分)	10:00~11:00 Sound Feel Yoga ver.2 (80分)	10:00~11:00 花粉症スッキリヨガ (80分)	10:00~11:00 ホットピラティス (80分)	10:00~11:00 スタンダード80 (80分)	10:00~11:00 肩こりリラックスヨガ (80分)
寺前		西山	小玉	原田	古家	古家	寺前
11:40~12:40 もも尻ヨガ (80分)		11:40~12:40 ダイエットヨガ (80分)	11:40~12:40 肩こりリラックスヨガ (80分)	11:40~12:40 セルトル美脚ヨガ (80分)	11:40~12:40 リンパデトックスヨガ (80分)	11:40~12:40 お腹引き締めヨガ (80分)	11:40~12:40 スタンダード80 (80分)
小玉		古家	寺前	寺前	寺前	小玉	西山
13:20~14:20 肩こりリラックスヨガ (80分)		13:20~14:20 子宮温活ヨガ (80分)	13:20~14:20 全身とこのう 妻たままヨガ (80分)	13:20~14:20 オトナのための オールインヨガ (80分)	13:20~14:20 背中美人ヨガ (80分)	13:20~14:20 小顔リフトピラティス (80分)	13:20~14:20 ホットピラティス (80分)
寺前		小玉	小玉	原田	古家	寺前	古家
15:00~16:00 お腹引き締めヨガ (80分)		15:00~16:00 小顔リフトピラティス (80分)	15:00~16:00 骨盤矯正ヨガ (80分)	15:00~16:00 スタンダード80 (80分)	15:00~16:00 もも尻ヨガ (80分)	15:00~16:00 小顔リフトピラティス (80分)	15:00~16:00 小顔リフトピラティス (80分)
小玉		寺前	寺前	寺前	小玉	寺前	寺前
16:40~17:40 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)		16:40~17:40 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (80分)	16:40~17:40 リンパデトックスヨガ (80分)	16:40~17:40 リンパデトックスヨガ (80分)	16:40~17:40 リンパデトックスヨガ (80分)	16:40~17:40 リンパデトックスヨガ (80分)	16:40~17:40 ダイエットヨガ (80分)
西山		西山	西山	西山	西山	西山	古家
		18:30~19:30 お腹引き締めヨガ (80分)				18:30~19:30 Sound Feel Yoga ver.2 (80分)	
		小玉				小玉	
			17:40~18:40 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (80分)	17:40~18:40 お腹引き締めヨガ (80分)	17:40~18:40 花粉症スッキリヨガ (80分)		
			西山	小玉	原田		
		19:20~20:20 リンパデトックスヨガ (80分)	19:20~20:20 スタンダード80 (80分)	19:20~20:20 リンパデトックスヨガ (80分)			
		古家	古家	西山			
		21:00~22:00 エアロピヨガ (80分)	21:00~22:00 小顔リフトピラティス (80分)	21:00~22:00 美ボディフロー ピラティス (80分)			
		原田	小玉	原田			

- ◆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は、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【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	10:00～11:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分) 西山	10:00～11:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 小玉	10:00～11:00 小顔リフトピラティス (80分) 寺前	10:00～11:00 スタンダード®0 (80分) 西山	10:00～11:00 ホットピラティス (80分) 古家	10:00～11:00 ダイエットヨガ (80分) 古家	定休日	
	11:40～12:40 セルトル美脚ヨガ (80分) 寺前	11:40～12:40 スタンダード®0 (80分) 古家	11:40～12:40 エアロビヨガ (80分) 原田	11:40～12:40 肩こりリラックスヨガ (80分) 寺前	11:40～12:40 全身ととのう 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 スタンダード®0 (80分) 西山	13:20～14:20 子宮温活ヨガ (80分) 小玉	13:20～14:20 リンパデトックスヨガ (80分) 寺前	13:20～14:20 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分) 西山	13:20～14:20 背中美人ヨガ (80分) 古家	13:20～14:20 スタンダード®0 (80分) 古家		
	15:00～16:00 肩こりリラックスヨガ (80分) 寺前		15:00～16:00 花粉症スッキリヨガ (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®0 (80分) 西山	15:00～16:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 寺前		
					16:40～17:40 小顔リフトピラティス (80分) 寺前	16:40～17:40 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 原田		
					18:30～19:30 リンパデトックスヨガ (80分) 西山			
	17:10～18:10 お腹引き締めヨガ (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 もも原ヨガティス (80分) 曾根原	17:40～18:40 エアロビヨガ (80分) 原田				
	18:50～19:50 オトナのための オールインワンヨガ(80分) 原田	19:20～20:20 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 原田	19:20～20:20 スタンダード®0 (80分) 古家	19:20～20:20 リンパデトックスヨガ (80分) 西山				
	20:30～22:00 アディانس®0 (会員様限定)(80分) 曾根原	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 西山	21:00～22:00 お腹引き締めヨガ (80分) 曾根原	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ(80分) 原田				

ゆめタウン姫路店【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
10:00～11:00 スタンダード®0 (80分) 西山	10:00～11:00 小顔リフトピラティス (80分) 寺前	10:00～11:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 寺前	10:00～11:00 背中美人ヨガ (80分) 古家
11:40～12:40 幾何学フロー ピラティス(80分) 原田	11:40～12:40 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 西山	11:40～12:40 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 原田	11:40～12:40 全身ととのう 寝たまんまヨガ(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 セルトル美脚ヨガ (80分) 寺前	13:20～14:20 肩こりリラックスヨガ (80分) 寺前	13:20～14:20 ホットピラティス (80分) 古家
15:00～16:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 原田		15:00～16:00 オトナのための オールインワンヨガ(80分) 原田	15:00～16:00 リンパデトックスヨガ (80分) 寺前
17:40～18:40 ダイエットヨガ (80分) 古家	17:40～18:40 オトナのための オールインワンヨガ(80分) 原田	17:40～18:40 リンパデトックスヨガ (80分) 西山	17:40～18:40 幾何学フロー ピラティス(80分) 原田
19:20～20:20 花粉症スッキリヨガ (80分) 原田	19:20～20:20 背中美人ヨガ (80分) 古家	19:20～20:20 エアロビヨガ (80分) 原田	19:20～20:20 小顔リフトピラティス (80分) 寺前
21:00～22:00 ホットピラティス (80分) 古家	21:00～22:00 花粉症スッキリヨガ (80分) 原田	21:00～22:00 スタンダード®0 (80分) 西山	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET(80分) 原田

【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)