

ラスパ太田川店【7月1日～7月8日スケジュール】

2024年6月15日更新

	7月1日(月)	7月2日(火)	7月3日(水)	7月4日(木)	7月5日(金)	7月6日(土)	7月7日(日)	7月8日(月)
9:00								
10:00								
11:00		10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 大森	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 古宇田	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 古宇田	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 竹下	10:30～11:30 スタンダード60 古宇田	10:30～11:30 全身ととう 寝たまんまヨガ 小幡	
12:00		12:00～13:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 小島	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 小幡	12:00～13:00 免疫セラピーヨガ 竹下	12:00～12:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 大森	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ 竹下	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 小島	
13:00								
14:00		13:30～14:30 スタンダード60 大森	13:30～14:30 腫トレ ビューティーヨガ 古宇田	13:30～14:30 背中美人ヨガ 古宇田	13:30～14:30 もも尻ヨガティス 古宇田	14:00～15:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 古宇田	14:00～15:00 エアロビヨガ 竹下	
15:00	定休日	15:00～16:00 セルトル美脚ヨガ 小島	15:00～16:00 エアロビヨガ 竹下	15:00～16:00 はじめての「ハワ-ヨガ」 (会員様限定)竹下	15:00～16:00 リンパデトックスヨガ 大森			定休日
16:00						15:45～16:30 BEAT CORE HIIT 大森	15:45～16:45 スタンダード60 小島	
17:00			16:30～17:30 特別レッスン※有料 小幡					
18:00		18:00～19:00 オトナのための オールインワンヨガ 竹下	18:00～19:00 リンパデトックスヨガ 大森	18:00～19:00 美ボディフロー ピラティス 小島	18:00～19:00 スタンダード60 小島	17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 小島	17:30～19:00 特別レッスン※有料 小幡	
19:00						19:00～20:00 腸活ヨガ ver.2 小幡		
20:00		19:30～20:30 もも尻ヨガティス 古宇田	19:30～20:30 はじめての「ハワ-ヨガ」 (会員様限定)竹下	19:30～20:30 ココロカラダリセット3か 大森	19:30～20:30 Sound Feel Yoga ver.2 小幡			
21:00		21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 竹下	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 大森	21:00～22:00 スタンダード60 小島	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 小島			
22:00								

ラスパ太田川店【7月9日～7月15日スケジュール】

	7月9日(火)	7月10日(水)	7月11日(木)	7月12日(金)	7月13日(土)	7月14日(日)	7月15日(月)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 はじめての「ハワ-ヨガ」 (会員様限定)竹下	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 小島	10:30～11:30 ココロカラダリセット3か 大森	10:30～11:30 エアロビヨガ 竹下	10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 古宇田	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 大森	
12:00	12:00～13:00 美ボディフロー ピラティス 小島	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 小幡	12:00～12:45 BEAT CORE HIIT 小幡	12:00～13:00 腫トレ ビューティーヨガ 古宇田	12:15～13:15 ホットピラティス 小幡	12:15～13:15 免疫セラピーヨガ 竹下	
13:00							
14:00	13:30～14:30 腸活ヨガ ver.2 小幡	13:30～14:30 もも尻ヨガティス 古宇田	13:30～14:30 背中美人ヨガ 竹下	13:30～14:30 全身ととう 寝たまんまヨガ 小幡	14:00～15:00 はじめての「ハワ-ヨガ」 (会員様限定)竹下	14:00～15:00 スタンダード60 大森	
15:00	15:00～16:00 オトナのための オールインワンヨガ 竹下		15:00～16:00 リンパデトックスヨガ 大森	15:00～16:30 EX「ハワ-ヨガ」 (会員様限定) 永田	15:45～16:45 腸活ヨガ ver.2 小幡	16:45～16:45 美ボディフロー ピラティス 小島	定休日
16:00							
17:00							
18:00	18:00～19:00 背中美人ヨガ 古宇田	18:00～19:00 エアロビヨガ 竹下	18:00～19:00 もも尻ヨガティス 古宇田	18:00～19:00 スタンダード60 大森	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 小島		
19:00					19:00～19:45 BEAT CORE HIIT 大森		
20:00	19:30～20:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 大森	19:30～20:30 リンパデトックスヨガ 大森	19:30～20:30 スタンダード60 小島	19:30～20:30 セルトル美脚ヨガ 小島			
21:00	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 古宇田	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ 竹下	21:00～22:00 腫トレ ビューティーヨガ 古宇田	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 大森			
22:00							

【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)

◆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。

レッスンのWEB予約はこちらから▶

◆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。が時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承下さい。



