



ラスパ太田川店【1月17日～1月24日スケジュール】

2025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
10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分) 小島	10:30～11:30 ダイエットヨガ (80分) 安枝	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 小島	定休日	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 安藤	10:30～11:30 小顔リフトピラティス (80分) 小島	10:30～11:30 もも尻ヨガティス (80分) 古宇田	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ (80分) 安枝
12:00～13:00 ホットピラティス (80分) 古宇田	12:15～13:15 スタンダード80 (80分) 安藤	12:15～13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 安枝		12:00～13:00 肩コリラックスヨガ (80分) 竹下	12:00～13:00 オトナのための オールインワンヨガ(80分) 竹下	12:00～13:00 ダイエットヨガ (80分) 安枝	12:00～13:00 スタンダード80 (80分) 安藤
13:30～14:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 小島	14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分) 小島	14:00～15:00 スタンダード80 (80分) 安藤		13:30～14:30 スタンダード80 (80分) 安藤	13:30～14:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 古宇田	13:30～14:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 古宇田	13:30～14:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 安枝
15:00～16:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 古宇田	15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (80分) 古宇田	15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス(80分) 小島		15:00～16:00 エアロビヨガ (80分) 竹下		15:00～16:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 安枝	15:00～16:00 スタンダード80 (80分) 安藤
	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (80分) 小島						
	19:00～20:00 もも尻ヨガティス (80分) 古宇田						
18:00～19:00 スタンダード80 (80分) 安藤				18:00～19:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス(80分) 小島	18:00～19:00 ダイエットヨガ (80分) 安枝	18:00～19:00 スタンダード80 (80分) 安藤	18:00～19:00 もも尻ヨガティス (80分) 古宇田
19:30～20:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ(80分) 竹下				19:30～20:30 セルトル美脚ヨガ (80分) 安枝	19:30～20:30 スタンダード80 (80分) 安藤	19:30～20:30 免疫セラピーヨガ (80分) 竹下	19:30～20:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分) 竹下
21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 安藤				21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス(80分) 小島	21:00～22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 安枝	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 安藤	21:00～22:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 古宇田

ラスパ太田川店【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 スタンダード80 (80分) 安藤	10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 小島	定休日	10:30～11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 古宇田	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 安枝	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (80分) 小島	10:30～11:30 スタンダード80 (80分) 安藤	
12:15～13:15 肩コリラックスヨガ (80分) 安枝	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 安枝		12:00～12:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 安枝	12:00～13:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(80分) 竹下	12:00～13:00 スタンダード80 (80分) 安藤	12:00～13:00 お腹引き締めヨガ (80分) 古宇田	
14:00～15:00 ホットピラティス (80分) 古宇田	14:00～15:00 小顔リフトピラティス (80分) 小島		13:30～14:30 お腹引き締めヨガ (80分) 古宇田	13:30～14:30 肩コリラックスヨガ (80分) 安枝	13:30～14:30 スリムアッププレス (80分) 小島	13:30～14:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(80分) 安枝	
15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ (80分) 安枝	15:45～16:45 お腹引き締めヨガ (80分) 古宇田		15:00～16:00 骨盤矯正ヨガ (80分) 安枝	15:00～16:00 オトナのための オールインワンヨガ(80分) 竹下	15:00～16:00 もも尻ヨガティス (80分) 古宇田	15:00～16:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(80分) 古宇田	
17:30～18:30 スタンダード80 (80分) 安藤							
19:00～20:00 お腹引き締めヨガ (80分) 古宇田							
				18:00～19:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST(80分) 竹下	18:00～19:00 スタンダード80 (80分) 安藤	18:00～19:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)(80分) 竹下	18:00～19:00 肩コリラックスヨガ (80分) 竹下
				19:30～20:30 スタンダード80 (80分) 安藤	19:30～20:30 お腹引き締めヨガ (80分) 古宇田	19:30～20:30 骨盤矯正ヨガ (80分) 安枝	19:30～20:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 小島
				21:00～22:00 エアロビヨガ (80分) 竹下	21:00～22:00 スタンダード80 (80分) 安藤	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ(80分) 竹下	21:00～22:00 免疫セラピーヨガ (80分) 竹下

【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)