

ラスパ太田川店【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
10:30~11:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 原田	10:30~11:30 花粉症スッキリヨガ(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) 竹下	10:30~11:30 痩せる身体をつくるダイエットヨガ(80分) 変須	10:30~11:30 全身ととのう寝たまんまヨガ(80分) 変須	10:30~11:15 BEAT CORE HIIT(45分) 竹下	10:30~11:30 スタンダード80(80分) 古宇田
12:15~13:15 子宮温活ヨガ(80分) 変須	12:15~13:15 はじめてのパワーヨガ(会員様限定)(80分) 変須		12:00~13:00 もも尻ヨガティス(80分) 古宇田	12:00~13:00 小顔リフトピラティス(80分) 原田	12:00~13:00 スタンダード80(80分) 原田	12:00~13:00 花粉症スッキリヨガ(80分) 古宇田	12:15~13:15 痩せる身体をつくるダイエットヨガ(80分) 変須
14:00~15:00 スタンダード80(80分) 古宇田	14:00~15:00 もも尻ヨガティス(80分) 古宇田		13:30~14:30 エアロビヨガ(80分) 竹下	13:30~14:30 はじめてのパワーヨガ(会員様限定)(80分) 変須	13:30~14:30 ココロカラダリセットヨガ(80分) 変須	13:30~14:30 アロマリラックスヨガFRUITY DIET(80分) 竹下	14:00~15:00 肩コリラックスヨガ(80分) 竹下
15:45~16:45 小顔リフトピラティス(80分) 原田	15:45~16:55 ディーププレスヨガ(70分) 変須		15:00~16:00 スタンダード80(80分) 古宇田	15:00~16:00 腫トレビューティーヨガ(80分) 原田	15:00~16:00 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 原田		15:45~16:45 お腹引き締めヨガ(80分) 古宇田
17:30~18:30 痩せる身体をつくるダイエットヨガ(80分) 変須							17:30~18:30 子宮温活ヨガ(80分) 変須
19:00~20:00 花粉症スッキリヨガ(80分) 古宇田							19:00~20:00 エアロビヨガ(80分) 竹下
			18:00~19:00 腫トレビューティーヨガ(80分) 原田	18:00~19:00 スタンダード80(80分) 小島	18:00~19:00 痩せる身体をつくるダイエットヨガ(80分) 竹下	18:00~19:00 全身ととのう寝たまんまヨガ(80分) 変須	
			19:30~20:30 背中美人ヨガ(80分) 古宇田	19:30~20:30 アロマリラックスヨガDEEP FOREST(80分) 竹下	19:30~20:30 もも尻ヨガティス(80分) 古宇田	19:30~20:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 原田	
			21:00~22:00 小顔リフトピラティス(80分) 原田	21:00~21:45 Beat Drum Diet 3.0(45分) 小島	21:00~22:00 はじめてのパワーヨガ(会員様限定)(80分) 竹下	21:00~22:00 ココロカラダリセットヨガ(80分) 変須	

ラスパ太田川店【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
10:30~11:15 Beat Drum Diet 3.0(45分) 小島		10:30~11:30 お腹引き締めヨガ(80分) 変須	10:30~11:30 小顔リフトピラティス(80分) 原田	10:30~11:30 Sound Feel Yoga ver.2(80分) 原田	10:30~11:30 腫トレビューティーヨガ(80分) 古宇田	10:30~11:30 背中美人ヨガ(80分) 古宇田	10:30~11:30 リンパデトックスヨガ(80分) 小島
12:15~13:15 みるみる変わる姿勢ピラティス(80分) 原田		12:00~13:00 腫トレビューティーヨガ(80分) 古宇田	12:00~13:00 痩せる身体をつくるダイエットヨガ(80分) 変須	12:00~13:00 アロマリラックスヨガFRUITY DIET(80分) 竹下	12:00~12:45 BEAT CORE HIIT(45分) 竹下	12:15~13:15 リンパデトックスヨガ(80分) 小島	12:15~13:15 エアロビヨガ(80分) 竹下
14:00~15:00 パワーヨガAdvance(会員様限定)(80分) 竹下		13:30~14:30 子宮温活ヨガ(80分) 変須	13:30~14:30 スタンダード80(80分) 原田	13:30~14:30 花粉症スッキリヨガ(80分) 原田	13:30~14:30 背中美人ヨガ(80分) 古宇田	14:00~15:00 全身ととのう寝たまんまヨガ(80分) 変須	14:00~15:00 小顔リフトピラティス(80分) 原田
15:45~16:45 花粉症スッキリヨガ(80分) 原田		15:00~16:00 背中美人ヨガ(80分) 古宇田	15:00~16:00 ココロカラダリセットヨガ(80分) 変須	15:00~16:00 はじめてのパワーヨガ(会員様限定)(80分) 竹下	15:00~16:00 アロマリラックスヨガHERBAL RELAX(80分) 竹下	15:45~16:45 花粉症スッキリヨガ(80分) 古宇田	15:45~16:45 スタンダード80(80分) 小島
	定休日					17:30~18:15 Beat Drum Diet 3.0(45分) 小島	
						19:00~20:00 ココロカラダリセットヨガ(80分) 変須	
			18:00~18:45 BEAT CORE HIIT(45分) 竹下	18:00~19:00 花粉症スッキリヨガ(80分) 古宇田	18:00~19:00 お腹引き締めヨガ(80分) 古宇田	17:50~19:00 ディーププレスヨガ(70分) 変須	
			19:30~20:30 みるみる変わる姿勢ピラティス(80分) 原田	19:30~20:30 エアロビヨガ(80分) 竹下	19:30~20:30 全身ととのう寝たまんまヨガ(80分) 変須	19:30~20:30 小顔リフトピラティス(80分) 原田	
			21:00~22:00 アロマリラックスヨガDEEP FOREST(80分) 竹下	21:00~22:00 もも尻ヨガティス(80分) 古宇田	21:00~22:00 腫トレビューティーヨガ(80分) 古宇田	21:00~22:00 お腹引き締めヨガ(80分) 変須	

- ◆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



ラスパ太田川店【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	10:30～11:30 子音温活ヨガ (60分)	10:30～11:30 スタンダード80 (60分)	10:30～11:30 花粉症スッキリヨガ (60分)	10:30～11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	10:30～11:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)	10:30～11:30 変せる身体をつくるダイエットヨガ (60分)	
	要須	小島	原田	小島	原田	竹下	
	12:00～13:00	12:00～13:00	12:15～13:15	12:00～13:00	12:15～13:15	12:15～13:15	
	13:30～14:30 もも原ヨガティス (60分)	13:30～14:15 BEAT CORE HIT (45分)	14:00～15:00 小顔リフトピラティス (60分)	13:30～14:30 スタンダード80 (60分)	14:00～14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	14:00～15:00 子音温活ヨガ (60分)	
	要須	竹下	原田	小島	小島	竹下	
	15:00～16:00 肩コリラックスヨガ (60分)		15:45～16:45 エアロピヨガ (60分)	15:00～16:00 腫トレピニューティヨーガ (60分)	15:45～16:45 スタンダード80 (60分)	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	
	竹下		竹下	原田	古宇田	原田	
			17:30～18:30 全身ととのう寝たまんまヨガ (60分)		17:30～18:30 リンパデトックスヨガ (60分)		
			要須		小島		
			19:00～20:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		19:00～20:00 お腹引き締めヨガ (60分)		
			竹下		古宇田		
	18:00～18:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	18:00～19:00 花粉症スッキリヨガ (60分)		18:00～19:00 ココロカラダリセットヨガ (60分)			
	小島	古宇田		要須			
	19:30～20:30 スタンダード80 (60分)	19:30～20:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)		19:30～20:15 BEAT CORE HIT (45分)			
	古宇田	要須		竹下			
	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ (60分)	21:00～22:00 背中美人ヨガ (60分)		21:00～22:10 ティープレスヨガ (70分)			
	小島	古宇田		要須			
							定休日

ラスパ太田川店【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
10:30～11:30 もも原ヨガティス (60分)	10:30～11:30 花粉症スッキリヨガ (60分)	10:30～11:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)	10:30～11:30 スタンダード80 (60分)	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ (60分)	
古宇田	原田	原田	原田	要須	小島	
12:00～13:00	12:00～13:00	12:00～13:00	12:00～13:00	12:15～13:15	12:15～13:15	
スタンダード80 (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)	スタンダード80 (60分)	変せる身体をつくるダイエットヨガ (60分)	
小島	古宇田	竹下	小島	小島	要須	
13:30～14:30 腫トレピニューティヨーガ (60分)	13:30～14:30 スタンダード80 (60分)	13:30～14:30 花粉症スッキリヨガ (60分)	13:30～14:30 Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	14:00～15:00 全身ととのう寝たまんまヨガ (60分)	14:00～14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	
古宇田	原田	原田	原田	要須	小島	
15:00～15:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	15:00～16:00 腫トレピニューティヨーガ (60分)	15:00～15:45 BEAT CORE HIT (45分)	15:00～16:00 小顔リフトピラティス (60分)	15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	15:45～16:55 ティープレスヨガ (70分)	
小島	古宇田	竹下	小島	原田	要須	
				17:30～18:30 背中美人ヨガ (60分)		
				古宇田		
				19:00～20:00 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)		
				原田		
18:00～19:00 小顔リフトピラティス (60分)	18:00～19:00 エアロピヨガ (60分)	18:00～19:00 リンパデトックスヨガ (60分)	18:00～19:00 お腹引き締めヨガ (60分)			
原田	竹下	小島	古宇田			
19:30～20:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	19:30～20:30 みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)	19:30～20:30 もも原ヨガティス (60分)	19:30～20:30 リンパデトックスヨガ (60分)			
竹下	原田	古宇田	小島			
21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	21:00～22:00 子音温活ヨガ (60分)	21:00～22:00 スタンダード80 (60分)	21:00～22:00 花粉症スッキリヨガ (60分)			
原田	竹下	小島	古宇田			
						定休日

【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)