

ラスパ太田川店【8月1日～8月8日スケジュール】

2024年7月15日更新

	8月1日(木)	8月2日(金)	8月3日(土)	8月4日(日)	8月5日(月)	8月6日(火)	8月7日(水)	8月8日(木)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 古宇田	10:30～11:15 ピラティスブートキャンプ 小幡	10:30～11:30 リンパドックスヨガ 大森	10:30～11:30 スリムアッププレス 小島		10:30～11:30 もも原ヨガティス 古宇田	10:30～11:30 スタンダード60 小島	10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 竹下
12:00	12:00～13:00 Sound Feel Yoga ver.2 大森	12:00～13:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 古宇田	12:15～13:15 エアロピヨガ 竹下	12:15～13:15 腫トレ ビューティーヨガ 古宇田		12:00～13:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 小島	12:00～12:45 BEAT CORE HIIT 小幡	12:00～13:00 ホットピラティス 小幡
13:00								
14:00	13:30～14:30 もも原ヨガティス 古宇田	13:30～14:30 全身とどのう 寝たまんまヨガ 小幡	14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 小島	14:00～14:45 ピラティスブートキャンプ 小幡		13:30～14:30 スタンダード60 古宇田	13:30～14:30 ココロカラダリセット3か 大森	13:30～14:30 オトナのための オールインワンヨガ 竹下
15:00	15:00～16:00 リンパドックスヨガ 大森	15:00～16:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)竹下					15:00～16:00 スリムアッププレス 小島	15:00～16:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 古宇田
16:00			15:45～16:30 BEAT CORE HIIT 大森	15:45～16:45 スタンダード60 小島				16:30～17:30 特別レッスン※有料 小幡
17:00			17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 竹下	17:30～19:00 特別レッスン※有料 小幡				
18:00	18:00～19:00 スタンダード60 小島	18:00～19:00 Sound Feel Yoga ver.2 大森				18:00～19:00 腸活ヨガ ver.2 小幡	18:00～19:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)竹下	18:00～19:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 小島
19:00			19:00～20:00 美ボディフロー ピラティス 小島					
20:00	19:30～20:30 肩コリラックスヨガ 竹下	19:30～20:30 背中美人ヨガ 竹下				19:30～20:15 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 大森	19:30～20:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 古宇田	19:30～20:30 背中美人ヨガ 古宇田
21:00	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 小島	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 大森				21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小幡	21:00～22:00 エアロピヨガ 竹下	21:00～22:00 スタンダード60 小島
22:00								

定休日

ラスパ太田川店【8月9日～8月15日スケジュール】

	8月9日(金)	8月10日(土)	8月11日(日)	8月12日(月)	8月13日(火)	8月14日(水)	8月15日(木)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 小島	10:30～11:30 ココロカラダリセット3か 大森	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ 竹下		10:30～11:30 スタンダード60 大森	10:30～11:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)竹下	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 小島
12:00	12:00～13:00 腫トレ ビューティーヨガ 古宇田	12:15～13:15 スリムアッププレス 小島	12:15～13:15 リンパドックスヨガ 大森		12:00～13:00 背中美人ヨガ 竹下	12:00～13:00 ココロカラダリセット3か 大森	12:00～13:00 全身とどのう 寝たまんまヨガ 小幡
13:00							
14:00	13:30～14:30 スタンダード60 小島	14:00～15:00 Sound Feel Yoga ver.2 大森	14:00～15:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)竹下		13:30～14:30 リンパドックスヨガ 大森	13:30～14:15 ピラティスブートキャンプ 小幡	13:30～14:30 スリムアッププレス 小島
15:00	15:00～16:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 古宇田				15:00～16:00 エアロピヨガ 竹下	15:00～16:00 骨盤矯正ヨガ 大森	15:00～15:45 BEAT CORE HIIT 大森
16:00		15:45～16:45 肩コリラックスヨガ 竹下	15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 大森			16:30～17:30 特別レッスン※有料 小幡	
17:00		17:30～18:30 スタンダード60 小島					
18:00	18:00～19:00 骨盤矯正ヨガ 大森				18:00～19:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 小幡	18:00～19:00 腫トレ ビューティーヨガ 古宇田	18:00～19:00 もも原ヨガティス 古宇田
19:00		19:00～20:00 エアロピヨガ 竹下					
20:00	19:30～20:30 オトナのための オールインワンヨガ 竹下				19:30～20:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 古宇田	19:30～20:30 エアロピヨガ 竹下	19:30～20:30 リンパドックスヨガ 大森
21:00	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 大森				21:00～21:45 ピラティスブートキャンプ 小幡	21:00～22:00 背中美人ヨガ 古宇田	21:00～22:00 スタンダード60 古宇田
22:00							

定休日

【お問い合わせコールセンター】 0570-666-969 営業時間 9:00～18:00 ※受付時間以外に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。



