

※2026年10月24日02:06 出力時点の情報です。最新情報は予約サイトをご確認ください。下記には店舗でしか予約ができないレッスンが含まれています

※2026年10月24日02:06 出力時点の情報です。最新情報は予約サイトをご確認ください。下記には店舗でしか予約ができないレッスンが含まれています

[illegible]

[illegible]

順序	レッスン名		時間
2.5	◎ヒラLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ヒラUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ヒラB+	Basic+	50分
3	◎ヒラRefCore	Refresh Core	30分
3.5	◎ヒラWaist+	Waist Shape +	50分

● … 常選レッスン ● … 体験レッスン予約可能 10分 … 10分講座 レッスン前 10分講座	SP … 特別レッスン WS … プリムムワークショップ (追加料金あり) 10分 18:30-19:30 レッスン インストラクター名	21:00-22:00 レッスン インストラクター名 10分 レッスン後 10分講座	【注意事項】 ● スケジュール、担当インストラクターは予告なく変更の場合がございますので、予めご了承ください。 ● レッスンの開始時間を過ぎてしまった場合はご受講いただけません。お時間之余裕をもってお越しください。
---	--	--	--

LINE
公式アカウント



Instagram

オンラインストア
Lapre



オンラインヨガ
UCHIYOGA+

