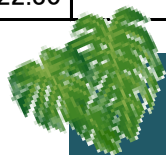


9月 フィットネススタジオ レッスンスケジュール

	日	月	火	水	木	金	土	
8:00							8:00~9:00 朝ヨガ 担当 ともこ	
8:30								
9:00								
9:30								
10:00								
10:30	10:30~11:30 インナービューティーヨガ 担当 ゆかり		10:30~11:30 スタイルアップヨガ 担当(週交代) はまちゃん / みき	10:30~11:30 リフレッシュアロマヨガ 担当 ともこ		10:30~11:30 心・体スッキリヨガ 担当 はまちゃん	10:30~11:30 シェイプアップホットヨガ 担当 たまちゃん	
11:00					11:00~12:00 和(なごみ)ヨガ 担当 亜希子			
11:30								
12:00								
12:30								
13:00				13:00~14:00 デトックスヨガ 担当 たまちゃん				
13:30								
14:00								
14:30		14:30~15:30 美・ストレッチ 担当 まみ	<div style="border: 1px solid red; padding: 5px;"> <p>【代行レッスンのお知らせ】</p> <p>2日(水) 10:30~ アロマヨガ(ともこ) → 月経血コントロール(みき)</p> <p>3日(木) 20:00~ 月ヨガ(ともこ) → 骨盤矯正(みほ)</p> <p>5日(土) 8:00~ 朝ヨガ(ともこ) → 朝ヨガ(はまちゃん)</p> <p>11日(金) 10:30~ 心・体スッキリヨガ(はまちゃん) → ハワイアンヨガ(ゆかり)</p> <p>26日(土) 8:00~ 朝ヨガ(ともこ) → 朝ヨガ(はまちゃん)</p> </div>					
15:00								
15:30								
16:00	16:00~16:50 キッズチア 担当 まみ							
16:30								
17:00	17:00~18:00 キッズバトン 担当 まみ							
17:30								
18:00								
18:30								
19:00								
19:30					19:30~20:30 月ヨガ(1部) 担当 ともこ			
20:00	20:00~21:00 代謝UPヨガ 担当 Ryu	20:00~21:00 ハワイアンヨガ 担当 ゆかり	20:00~21:00 骨盤矯正 美スタイルストレッチ 担当 みほ			20:00~21:00 心と体のメンテナンスヨガ 担当 ゆかり		
20:30								
21:00					21:00~22:00 月ヨガ(2部) 担当 ともこ			
21:30						21:30~22:30 プチ・パワーヨガ 担当 たまちゃん		
22:00								
22:30								



チケット価格表			【ホット】 ヨガ&フラ	【常温】 体操&フラ	【常温】 キッズチア& バトン
1回券	レッスンのみ	会員	1,500	1,100	—
		一般	1,600	1,200	—
	入泉付レッスン	会員	2,000	1,600	—
		一般	2,100	1,700	—
回数券※	レッスンのみ	会員	5回	6回	—
			6,500	6,000	—
	入泉付レッスン	会員	5回	6回	—
			9,250	9,300	—
月会費	会員・一般共通	—	—	4,320	

※回数券は使用開始日より3ヶ月有効です
※2週先のレッスンまでご予約承ります

(価格は税込です)

