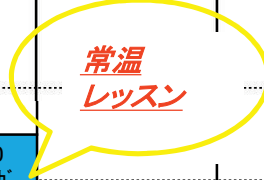


# 10月

## 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				9:30~10:30 元気になるヨガ 担当 YUKO			
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 肩こり腰痛改善ヨガ 担当 ゆかり	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 ルーシーダットン 担当 Hiromi	11:00~12:00 リフレッシュアロマヨガ 担当 ともこ	11:00~12:00 和(なごみ)ヨガ		
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							13:00~14:00 初めてのホットヨガ 担当 Ryu
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30						18:30~19:30 旅ヨガ 担当 Hiromi	
19:00							19:00~20:00 インナーマッスルヨガ 担当 Ryu
19:30							
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 担当 MIHO	20:00~21:00 月ヨガ 担当 ともこ	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							
21:30		21:30~22:30 パワーヨガ 担当 Ryu				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

### ヨガ

1回券	レッスンのみ	会員	¥1,500
		一般	¥1,600
	入泉付レッスン	会員	¥2,000
		一般	¥2,100
回数券※	レッスンのみ	会員	5回
			¥6,500
	入泉付レッスン	会員	5回
			¥9,250

※回数券は使用開始日より3ヶ月有効です

(価格は税込です)

※2週先のレッスンまでご予約承ります