## tットヨガスタジオ美温 芦花公園 LESSON SCHEDULE 2025年10月~12月

- ・全レッスン、完全予約制です。ご予約は予約サイトにて受付しております。
- 無断キャンセルは1回分自動消化となります。キャンセルはマイページからお願いいたします。 マンスリーフリー(1日2回、1日1回)のお客様の場合はフロントにてキャンセル料1,100円(税込)をお支払いいただきます。
- ・毎週木曜日は定休日となります。レッスン内容・担当変更はWEBでお知らせします。
- ・2週間先までのご予約が可能です。その後は1日ずつ公開となります。
- ※スタジオへのご入室の際は、会話はお控えください。
- ※座席の移動についてインストラクターの指示があるまでは お客様間でのやり取りはお控えください。
- ※『溶岩deごろん』の時間は、当クラブの都合によりクローズになる場合もございます。予めご了承ください。

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY	
						9:00
		10:00 DO	OOR OPEN			
10:30~11:30 bion YOGA リンパ Satomi	10:30~11:30 bion ストレッチ &ビューティ MAKI	10:30~11:30 bion YOGA 美腸 KUMIKO	10:30〜11:30 bion PILATES ベーシック WAKANA	10:30~11:30 bion YOGA ベーシック SHU	10:30~11:30 bion YOGA 骨盤調整 EMI	11:00
12:00~13:00 bion YOGA ベーシック sayaka	NEW 12:00~13:00 bion YOGA 美脚&美尻 YUMIKO	12:00~13:00 bion PILATES 姿勢 KUMIKO	12:00~13:00 bion YOGA リラックス Nina	12:00~13:00 bion お腹痩せ YOGA TSUGUKO	12:00~13:00 bion YOGA ベーシック EMI	:30
						15.00
13:30~14:30 bion YOGA 骨盤調整 sayaka	13:30~14:30 bion YOGA リラックス YUMIKO	13:30~14:30 bion YOGA 骨盤調整 SHIZUKA	13:30~14:30 bion YOGA 美背中 Rina	13:30~14:30 bion YOGA 骨盤調整 TSUGUKO	13:30~14:30 bion PILATES ベーシック SATSUKI	:30 14:00 :30
						15:00
15:00~16:00 富士の溶岩de ごろん 1時間1,650円	15:00~16:00 富士の溶岩de ごろん 1時間1,650円	15:00〜16:00 bion YOGA リラックス SHIZUKA	15:00~16:00 富士の溶岩de ごろん 1時間1,650円	15:00~16:00 富士の溶岩de ごろん 1時間1,650円	15:00〜16:00 bion de ダイエット SATSUKI	:30
						16:00
16:30~17:30 富士の溶岩de ごろん 1時間1,650円	16:30~17:30 富士の溶岩de ごろん 1時間1,650円	16:30~17:30 富士の溶岩de ごろん 1時間1,650円	16:30~17:30 富士の溶岩de ごろん 1時間1,650円	16:30~17:30 bion PILATES ベーシック WAKANA	16:30~17:30 bion YOGA リラックス SATSUKI	17:00
						:30
				18:00~19:00	_	18:00
			18:20~19:20	富士の溶岩de		:30
		偶数週	bion PILATES 美脚	ごろん 1時間1,650円		19:00
		担当:木村由夏	SATSUKI			19.00
19:30~20:30	NEW 19:30~20:30	19:30~20:30				:30
bion PILATES ベーシック MIYABI	bion YOGA 美背中 TSUGUKO ※11/4~奇数週	bion YOGA フロー YUMIKO ※奇数週	19:40~20:40 bion ストレッチ &リセット M SATSUKI		20:00 DOOR CLOSE	20:00
21:00~22:00 bion YOGA	21:00~22:00	21:00~22:00 bion YOGA	21:00~22:00 bion YOGA	21:00 DOOR CLOSE		
骨盤調整 EMI	女性ホルモン活性化 YOGA TSUGUKO	リラックス YUMIKO	リラックス SATSUKI	≪おねがい≫	フタジオレハフンをご利田いた	だき
_IVII	10000110	T GIVIII (G	3, (1001 d	平素より当クラブのスタジオレッスンをご利用いただき、 誠にありがとうございます。 現在、一部の人気レッスンにおきまして、多くのお客様にご好評を いただいており、キャンセル待ちが発生している状況です。 より多くのお客様にご参加いただけるよう、やむを得ずキャンセル される際は、できる限りお早めのキャンセルをいただきますよう お願い申し上げます。		
		偶数週 担当:木村由夏				
	23:00 DO	OR CLOSE	<u> </u>	]	力のほど、お願い申し上げます	
					者マークのあるレッスンがオスス	スメ!
		ホット <b>ヨ</b> スタシ	34	《営業時間》 月~金 土	10:00~23:00 9:00~21:00	