

2018年4月～ レッスンスケジュール表

★…レッスンの強度、◎…発汗度

※Hボクサ・Hキック…60分→45分

	月			火			水			木			金			土			日																						
	A1階	A2階	B	A1階	A2階	B	A1階	A2階	B	A1階	A2階	B	A1階	A2階	B	A1階	A2階	B	A1階	A2階	B																				
												7:15~8:00 朝活★(45) (中川) ★★ ◎																													
10:00																						<b>休館日</b>																			
11:00		10:30~ Hヨガ (児玉) ★★★★ ◎◎◎◎	10:30~ Hヨガ (野崎) ★★★★ ◎◎◎◎		10:30~ ピュティ-ヨガ (Yuki) ★★★★ ◎◎	10:30~ Hヨガ(eri) ★★★★ ◎◎◎◎																																			
12:00	12:30~ 夕方以降のレッスンの当日枠電話予約受付開始																																								
13:00			13:00~ Hボクサ(45) (水谷) ★★★★ ◎◎◎◎																																						
14:00																																									
15:00		14:30~ Hヨガ (児玉) ★★★★ ◎◎◎◎																																							
13:00~16:00 Bスタジオ男性利用可能																																									
16:00																																									
17:00																																									
18:00																																									
19:00																																									
20:00																																									
21:00																																									
22:30	22:30 CLOSE						22:30 CLOSE						22:30 CLOSE																												

※1 土曜日10:00~ヨガ→第1,3,5週…スローフローヨガ、第2,4週…リラクソヨガ  
 ※2 土曜日12:00~ホットヨガ→第1,3,5週…担当:HANA、第2,4週…担当:Yukari  
 ※3 日曜日10:15~ショートキックボクサ→第2,4週限定レッスン  
 ※4 日曜日11:00~Hボクサ→第1,3,5週…担当:Syu-ya、第2,4週…担当:中川  
 ※Aスタジオ1階をご利用の際は、室内シューズをお持ちください  
 ※Aスタジオ1階BOXINGの練習は、火曜日16:30~17:30はご利用いただけません。

休館日

↓ご予約はHPから↓



ご予約終了後、自動返信メールが届かない方は  
**studiofeelz.net@gmail.com**  
 を「受信許可設定&連絡先へ登録」  
 をお願いいたします。キャンセルは、  
 自動返信メールへのご返信かお電話にて  
 承ります。お願いいたします。

Aスタジオ 059-354-9230  
 Bスタジオ 059-352-0023

スケジュールは都合により変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。