

2019年6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…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
10:00		10:30~ Hヨガ (児玉) ★★★★ ◎◎◎◎	10:30~ 全身調整 (YURI) ★★★ ◎◎		10:30~ ビュティ ヨガ75分 (Yuki) ★★★ ◎◎	10:30~ Hヨガ (Chie) ★★★★ ◎◎◎◎		10:30~ Hリラクヨガ (Tomoyo) ★★★ ◎◎◎◎	10:30~ Hヨガ (児玉) ★★★★ ◎◎◎◎		10:30~ Hヨガ (児玉) ★★★★ ◎◎◎◎	10:30~ Hボクサ(45) (Syu-ya) ★★★★ ◎◎◎◎		10:30~ 温フィットネ スヨガ(45) (藤原) ★★★ ◎◎◎◎	10:30~ Hヨガ (Yukari) ★★★★ ◎◎◎◎		10:00~ ※1 ヨガ (松岡) 1.3.5…★★★ 2.4…★◎	休館日			
11:00									11:30~ FEEL'Z ボクササイズ (中川) ★★★★◎◎◎												11:00~ Hボクサ ※4 ★★★★ ◎◎◎◎
12:00	月～金・12:30～夕方以降のレッスンの						12:30~ Hベリーエクサ サイズ (Aya) ★★★★ ◎◎◎◎◎	当日枠電話予約受付開始						12:00~ Hヨガ ※2 ★★★★ ◎◎◎◎◎	休館日						
13:00		13:00~ Hボクサ(45) (水谷) ★★★★ ◎◎◎◎◎					13:00~ ピラティス (坂元) ★★★ ◎◎		13:00~ ヨガフロー (Tomoyo) ★★★★ ◎◎				13:00~ Hキック(45) (Syu-ya) ★★★★ ◎◎◎◎◎								13:30~ H魂ボクサ (60) (中川) ★★★★ ◎◎◎◎◎
14:00		14:30~ Hヨガ (児玉) ★★★★ ◎◎◎◎◎							14:30~ Hビクス (水谷) ★★★★ ◎◎◎◎◎				14:30~ Hヨガ (児玉) ★★★★ ◎◎◎◎◎								
15:00	13:00～16:00 Bスタジオ男性利用可能																				
16:00				16:30~ キッズ ボクシング	※1 土曜日10:00～ヨガー第1,3,5…スローフローヨガ、第2,4…リラククスヨガ ※2 土曜日12:00～ホットヨガー第1,3,5…担当:野崎 第2,4…担当:Yukari ※3 土曜日16:15～ホットヨガー第2,4…担当:児玉 ※4 日曜日11:00～Hボクサー第1,3,5…担当:Syu-ya、第2,4…担当:中川																
17:00																					
18:00		New		New																	18:00 CLOSE
19:00	19:00~ BOXING トレーナー 指導!!	19:00~ Hボクサ Hヨガ※5 (Yatto) ★★★★ ◎◎◎◎◎	19:00~ Hキック(45) (水谷) ★★★★ ◎◎◎◎◎		19:00~ 温リラクヨガ (Mayuko) ★★★ ◎◎	19:00~ Hヨガ (Yuki) ★★★★ ◎◎◎◎◎		19:00~ Hボクサ(45) (水谷) ★★★★ ◎◎◎◎◎	19:00~ Hボクサ(45) (Syu-ya) ★★★★ ◎◎◎◎◎		19:00~ Hヨガ (野崎) ★★★★ ◎◎◎◎◎		18:00~ BOXING トレーナー 指導!!	19:00~ Hヨガ (水谷) ★★★ ◎◎◎◎◎	19:00~ (30) Hボクサ (Syu-ya)						
20:00		20:30~ Hヨガ (YURI) ★★★ ◎◎◎◎◎	20:30~ Hボクサ(45) (Syu-ya) ★★★★ ◎◎◎◎◎	20:00~ BOXING トレーナー 指導!!	20:30~ Hベリーエクサ サイズ(Aya) ★★★★★ ◎◎◎◎◎◎◎	20:30~ Hリラクヨガ (Yuki) ★★★ ◎◎		20:30~ Hボクサ(45) (水谷) ★★★★ ◎◎◎◎◎	20:30~ Hビクス (水谷) ★★★★ ◎◎◎◎◎		20:30~ Hヨガ (Yatto) ★★★★ ◎◎◎◎◎			20:30~ Hボクサ(45) (水谷) ★★★★ ◎◎◎◎◎	19:40~(30) Hキック (Syu-ya)						
21:00	21:30~ BOXING トレーナー 指導!!						19:00~ BOXING トレーナー 指導!!		21:00~ 温パワヨガ (Aya) ★★★★ ◎◎			20:00~ BOXING トレーナー 指導!!									
22:30	22:30 CLOSE																				



↓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」
 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。