

2018年5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																						休館日								
		10:30~ Hヨガ (児玉) ★★★★ ◎◎◎◎	10:30~ Hヨガ (野崎) ★★★★ ◎◎◎◎																		10:00~ ※1 ヨガ (松岡) 1,3,5…★★★◎ 2,4…★◎		10:15~※3 ショートキック ボクサ (中川) ★★★ ◎◎							
11:00					10:30~ ビュティ-ヨガ (Yuki) ★★★★ ◎◎	10:30~ Hヨガ(eri) ★★★★ ◎◎◎◎																	11:00~ Hボクサ (※4) ★★★★ ◎◎◎◎							
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) ★★★★ ◎◎◎◎																				休館日							
																								15:00 CLOSE						
14:00																									↓ご予約はHPから↓					
15:00		14:30~ Hヨガ (児玉) ★★★★ ◎◎◎◎																								13:00~ BOXING トレーナー 指導!!				
13:00~16:00 Bスタジオ男性利用可能																														
16:00																							QRコード							
17:00																								※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ボクサー→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。						
18:00																									18:00 CLOSE					
19:00		19:00~ Hヨガ (HANA) ★★★★ ◎◎◎◎	19:00~ Hボクサ(45) (Syu-ya) ★★★★ ◎◎◎◎																											
20:00	20:00~ BOXING トレーナー 指導!!																													
21:00		20:30~ Hヨガ (HANA) ★★★★ ◎◎◎◎	20:30~ Hキック(45) (水谷) ★★★★ ◎◎◎◎																											
22:30	22:30 CLOSE																													

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。