

2019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…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- ヨカ75分 (Yuki) ★★★★ ◎◎	10:30~ Hヨガ (Chie) ★★★★ ◎◎◎◎		10:30~ Hヨガ (Aya) ★★★★ ◎◎◎◎	10:30~ Hリラクヨガ (Tomoyo) ★★ ◎◎◎		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) ★★★★ ◎◎◎◎			10:15~※4 ショートキック ボクサ (中川) ★★★ ◎◎	休館日					
11:00																					11:00~ Hボクサ ※5 ★★★★ ◎◎◎◎						
12:00	月～金・12:30～夕方以降のレッスンの						12:30~ Hベリ-エクサ サイズ (Aya) ★★★★ ◎◎◎◎	当日枠電話予約受付開始																			
13:00		13:00~ Hボクサ(45) (水谷) ★★★★ ◎◎◎◎																									
14:00		14:30~ Hヨガ (児玉) ★★★★ ◎◎◎◎																									
15:00	13:00～16:00 Bスタジオ男性利用可能							13:00~ ピラティス (坂元) ★★ ◎◎																			
16:00																											
17:00																											
18:00																											
19:00																											
20:00																											
21:00																											
22:30	22:30 CLOSE																										

- ※1 土曜日10:00～ヨガー第1,3,5週…スローフローヨガ、第2,4週…リラクセスヨガ
- ※2 土曜日12:00～ホットヨガー第1,3,5週…担当:野崎 第2,4週…担当:Yukari
- ※3 土曜日16:15～ホットヨガー第2,4週…担当:児玉
- ※4 日曜日10:15～ショートキックボクサー第2,4週限定レッスン
- ※5 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
- ※6 月曜日19:00～第1,3,5週…ホットボクサ(45) 第2,4週…ホットヨガ

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。



↓ご予約はHPから↓

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。