

# 豊橋藤沢店【10月1日～10月8日スケジュール】

2022年 9月 15日更新

10月1日(土)	10月2日(日)	10月3日(月)	10月4日(火)	10月5日(水)	10月6日(木)	10月7日(金)	10月8日(土)
9:00							
10:00	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)向竹	10:30～11:30 腸活ヨガ 福井				10:30～11:30 リンパデックスヨガ 外薗	10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の脚育中Edition 福井
11:00			10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 岩井	10:30～11:30 スタンダード60 福井			
12:00	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 向竹	12:15～13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)岩井	12:15～13:15 リンパデックスヨガ 外薗	12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 福井		12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 岩井	12:15～13:15 美姿勢 アンチエイジングヨガ 黒間
13:00							
14:00	14:00～15:00 リンパデックスヨガ 外薗	14:00～15:00 スリムアッププレス 福井	14:00～15:00 肩コリラックスヨガ 岩井			14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 岩井	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 向竹
15:00							
16:00	15:45～16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 岩井	15:45～16:45 スタンダード60 岩井		17:00～18:00 背中美人ヨガ 福井	17:30～18:30 スタンダード60 岩井	17:30～18:30 免疫セラピーヨガ 福井	15:45～16:45 ココロカラダリセットヨガ 福井
17:00							
18:00	17:30～18:30 スタンダード60 岩井		17:30～18:30 リンパデックスヨガ 外薗	18:45～20:15 アドバンス90 (会員様限定) 向竹			17:30～18:30 SUMO YOGA 黒間
19:00				19:15～20:15 スタンダード60 向竹		19:15～20:15 リンパデックスヨガ 外薗	19:15～20:15 もも肩ヨガティス 向竹
20:00							
21:00			21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 向竹	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 向竹	21:00～22:00 ダイエットヨガ 岩井	21:00～22:00 ポールでゆがみとりヨガ 福井	
22:00							

定  
休  
日

# 豊橋藤沢店【10月9日～10月15日スケジュール】

10月9日(日)	10月10日(月)	10月11日(火)	10月12日(水)	10月13日(木)	10月14日(金)	10月15日(土)
9:00						
10:00						
11:00	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 向竹		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 福井	10:30～11:30 青中美人ヨガ 福井	10:30～11:30 ホットピラティス 向竹	10:30～11:30 リンパデックスヨガ 外薗
12:00		12:15～13:15 ポールでゆがみとりヨガ 福井		12:15～13:15 もも肩ヨガティス 向竹	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 向竹	12:15～13:15 リンパデックスヨガ 外薗
13:00						
14:00	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 向竹		14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)福井	14:00～15:10 ディーププレスヨガ 福井	14:00～15:00 Sound Feel Yoga 向竹	14:00～15:00 スタンダード60 向竹
15:00						
16:00	15:45～16:30 BEAT CORE HIIT 福井					15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス 向竹
17:00						
18:00				17:30～18:30 スタンダード60 岩井	17:30～18:30 リンパデックスヨガ 外薗	17:30～18:30 腸活ヨガ 岩井
19:00						
20:00						
21:00				19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 岩井	19:15～20:15 スタンダード60 岩井	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 岩井
22:00						

定  
休  
日

【お問い合わせセンター】 0570-666-969 営業時間 9:00～18:00 ※受付時間以外はインターネットからのご予約をご利用下さい(24時間受付)

◆クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。

レッスンのWEB予約はこちらから♪

◆キャンセル待ちをされる場合は、【キャンセル待ち期限】の設定をお願い致します。

◆当日にキャンセルをされる場合はレッスン開始の一時間前まではインターネット及びコールセンターにてキャンセルをお受け致します。

◆レッスン開始時刻一時間前を過ぎてからのキャンセルは時間外キャンセルとなります。

◆無断欠席された場合も、時間外キャンセルとなります。時間外キャンセルが月に二回以上で、翌月の予約可能回数が一回ずつに制限されます。

\*キャンセル料は発生致しませんが時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承下さい。



## 豊橋藤沢店【10月16日～10月23日スケジュール】

	10月16日(日)	10月17日(月)	10月18日(火)	10月19日(水)	10月20日(木)	10月21日(金)	10月22日(土)	10月23日(日)
9:00								
10:00	10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)向竹		10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 向竹	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 福井		10:30～11:30 スタンダード60 外薦	10:30～11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)福井	10:30～11:30 ダイエットヨガ 福井
11:00								
12:00	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 外薦		12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 向竹	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 向竹		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 向竹	12:15～13:15 スタンダード60 外薦	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 向竹
13:00								
14:00	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 向竹		14:00～15:00 スタンダード60 福井	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 向竹		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 外薦	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 福井	14:00～15:00 Sound Feel Yoga 向竹
15:00								
16:00	15:45～16:45 ココロカラダリセットヨガ 向竹						15:45～16:45 背中美人ヨガ 福井	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 福井
17:00								
18:00			17:30～18:30 ポールでゆがみヨガ 福井		17:30～18:30 SUMO YOGA 福井	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 福井	17:30～18:30 ホットピラティス 向竹	
19:00								
20:00								
21:00	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 福井		21:00～22:00 肩コリラックスヨガ 福井		21:00～22:10 ディープレスヨガ 福井	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 向竹		
22:00								

## 豊橋藤沢店【10月24日～10月31日スケジュール】

	10月24日(月)	10月25日(火)	10月26日(水)	10月27日(木)	10月28日(金)	10月29日(土)	10月30日(日)	10月31日(月)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 ダイエットヨガ 福井	10:30～11:30 免疫セラピーヨガ 福井		10:30～11:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 向竹	10:30～11:30 Sound Feel Yoga 向竹	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 向竹		
12:00								
13:00	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 向竹	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 福井		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 福井	12:15～13:15 スタンダード60 外薦	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)福井		
14:00	14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 福井			14:00～15:30 アドバンス90 (会員様限定) 向竹	14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 福井	14:00～15:00 スタンダード60 外薦		
15:00								
16:00							15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HARVAL RELAX 福井	15:45～16:45 美ボディフロー ピラティス 向竹
17:00								
18:00	17:30～18:40 ディープレスヨガ 福井	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 向竹	17:30～18:30 筋活ヨガ 福井	17:30～18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)福井	17:30～18:30 美姿勢 アンチエイジングヨガ 向竹			
19:00								
20:00	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 外薦	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 向竹	19:15～20:15 スタンダード60 外薦	19:15～20:15 骨中美人ヨガ 福井				
21:00	21:00～22:00 スリムアッププレス 福井	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 外薦	21:00～22:00 SUMO YOGA 福井	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 福井				
22:00								

### オンライン講座・ワークショップのご案内

◆自分史上最高の体へ!ボディメイクワークショップ :骨格・筋肉・マインドからアプローチをかけ、ボディメイク方法が分かる!体が変わる!WSです。

◆もっとわたしを好きになるRYT200オンライン講座 :ヨガをさらに深めたい方向けの、資格が取得できる講座。RYT200は1番知名度が高い国際的なヨガ資格です。

◆瞑想指導者養成講座 :脳科学・心理学の見地から、瞑想の効果、それ出会いのための方法を実践を通して身につけていく講座です。

### オンラインワークショップの詳細は

