

トキハ別府店【2月1日～2月8日スケジュール】

2023年 2月 1日更新

	2月 1日(水)	2月 2日(木)	2月 3日(金)	2月 4日(土)	2月 5日(日)	2月 6日(月)	2月 7日(火)	2月 8日(水)	
9:00						定 休 日			
10:00	10:30～11:30 エアロビヨガ 髙原		10:30～11:30 ダイエットヨガ 髙原	10:30～11:30 スタンダード60 安田	10:30～11:30 はじめてのハワーク (会員様限定)川元			10:30～11:30 ホットピラティス 清田	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 清田
11:00									
12:00	12:15～13:15 腸活ヨガ 清田		12:15～13:15 スタンダード60 安田	12:15～13:15 ホットピラティス 清田	12:15～13:15 ボールでゆがみとりヨガ 久保			12:15～13:05 全身引締MAX 久保	12:15～13:15 スリムアッププレス 久保
13:00									
14:00	14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 髙原		14:00～15:00 はじめてのハワーク (会員様限定)髙原	14:00～16:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 木元	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 久保			14:00～15:00 腸活ヨガ 清田	
15:00									
16:00				15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 清田	15:45～16:45 スタンダード60 安田				
17:00									
18:00		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 清田	17:30～18:30 Sound Feel Yoga 清田	17:30～18:30 育中美人ヨガ 木元				17:30～18:30 はじめてのハワーク (会員様限定)髙原	17:30～18:30 スタンダード60 安田
19:00	19:15～20:15 スリムアッププレス 久保	19:15～20:05 全身引締MAX 久保	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 清田					19:15～20:15 スタンダード60 安田	19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 髙原
20:00									
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 安田	21:00～22:00 ホットピラティス 清田	21:00～22:00 もも尻ヨガティス 久保					21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 髙原	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腸育中Edition 髙原
22:00									

トキハ別府店【2月9日～2月15日スケジュール】

	2月 9日(木)	2月 10日(金)	2月 11日(土)	2月 12日(日)	2月 13日(月)	2月 14日(火)	2月 15日(水)	
9:00					定 休 日			
10:00		10:30～11:30 スタンダード60 安田	10:30～11:30 ダイエットヨガ 髙原	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 清田			10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 久保	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 久保
11:00								
12:00		12:15～13:15 エアロビヨガ 髙原	12:15～13:15 スタンダード60 安田	12:15～13:15 もも尻ヨガティス 久保			12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 久保	12:15～13:15 スタンダード60 安田
13:00								
14:00		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 髙原	14:00～14:50 全身引締MAX 久保	14:00～15:00 免疫セラピーヨガ 木元			14:00～15:00 スタンダード60 安田	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 久保
15:00								
16:00			15:45～16:45 ボールでゆがみとりヨガ 久保	15:45～16:45 Sound Feel Yoga 清田				
17:00								
18:00	17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 久保	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 久保	17:30～18:40 ディーププレスヨガ 髙原				17:30～18:30 ダイエットヨガ 髙原	
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 安田	19:15～20:15 はじめてのハワーク (会員様限定)清田					19:15～20:15 腸活ヨガ 清田	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 清田
20:00								
21:00	21:00～22:00 美姿勢 アンチエイジングヨガ 久保	21:00～22:00 スリムアッププレス 久保					21:00～22:00 ホットピラティス 清田	21:00～22:00 はじめてのハワーク (会員様限定)清田
22:00								

【お問い合わせコールセンター】 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。

◆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の開始の1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1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。時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承下さい。

レッスンのWEB予約はこちらから▶



トキハ別府店【2月16日～2月23日スケジュール】

	2月 16日(木)	2月 17日(金)	2月 18日(土)	2月 19日(日)	2月 20日(月)	2月 21日(火)	2月 22日(水)	2月 23日(木)	
9:00					定 休 日				
10:00									
11:00		10:30～11:30 Sound Feel Yoga 清田	10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 久保	10:30～11:30 スタンダード60 安田			10:30～11:30 リンパドックスヨガ 久保	10:30～11:30 スタンダード60 安田	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 安田
12:00									
13:00		12:15～13:15 青盤矯正ヨガ 高原	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 久保	12:15～13:15 エアロビヨガ 高原			12:15～13:15 もも尻ヨガティス 久保	12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 久保	12:15～13:15 スタンダード60 安田
14:00		14:00～15:00 ホットピラティス 清田	14:00～15:00 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)清田	14:00～15:00 ポールでゆがみとりヨガ 久保			14:00～15:00 SUMO YOGA 高原		14:00～15:00 腸活ヨガ 清田
15:00									
16:00			15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 高原	15:45～17:15 アドバンス90 (会員様限定) 久保					15:45～16:45 ホットピラティス 清田
17:00									
18:00	17:30～18:20 全身引締MAX 久保	17:30～18:30 スリムアッププレス 久保	17:30～18:30 腸活ヨガ 清田				17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 清田	17:30～18:30 リンパドックスヨガ 清田	17:30～18:20 全身引締MAX 久保
19:00									
20:00		19:15～20:15 スタンダード60 安田	19:15～20:15 肩コリラックスヨガ 久保				19:15～20:15 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)清田	19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 安田	
21:00	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 高原	21:00～22:00 スタンダード60 安田					21:00～22:00 腫トレ ビューティーヨガ 高原	21:00～22:00 Sound Feel Yoga 清田	
22:00									

トキハ別府店【2月24日～2月28日スケジュール】

	2月 24日(金)	2月 25日(土)	2月 26日(日)	2月 27日(月)	2月 28日(火)
9:00					
10:00					
11:00	10:30～11:30 腸活ヨガ 清田	10:30～11:30 スタンダード60 安田	10:30～11:30 エアロビヨガ 高原		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 久保
12:00					
13:00					
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 安田	14:00～15:00 腫トレ ビューティーヨガ 高原	14:00～15:00 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)清田		14:00～15:00 スタンダード60 安田
15:00					
16:00		15:45～16:35 全身引締MAX 久保	15:45～16:45 免疫セラピーヨガ 高原		
17:00					
18:00	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 久保	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 安田			17:30～18:30 腸活ヨガ 清田
19:00					
20:00	19:15～20:15 Sound Feel Yoga 清田				19:15～20:05 全身引締MAX 久保
21:00	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 久保				21:00～22:00 はじめてのハワーヨガ (会員様限定)清田
22:00					

オンライン講座のご案内

- ◆もっとわたしを好きになるRYT200オンライン講座
- ◆ボディメイクワークショップ
- ◆瞑想指導者養成講座

：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  
 :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  
 :脳科学・心理学の見地から、瞑想の効果、それに出会うための方法を実践を通して身につけていく講座

オンラインワークショップの詳細は

