

# トキハわさだタウン店【10月1日～10月8日スケジュール】

2023年 9月 15日更新

	10月 1日(日)	10月 2日(月)	10月 3日(火)	10月 4日(水)	10月 5日(木)	10月 6日(金)	10月 7日(土)	10月 8日(日)
9:00		定 休 日						
10:00								
11:00	10:30～11:30 青中美人ヨガ 浅田		10:30～11:30 スタンダード60 橋本	10:30～11:30 腸活ヨガ 浅田		10:30～11:30 ホットピラティス 助供	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 助供	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 助供
12:00								
13:00								
14:00	12:15～13:15 スタンダード60 橋本		12:15～13:15 美ボディフロー ピラティス 川元	12:15～13:15 青中美人ヨガ 浅田		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 助供	12:15～13:15 ボールでゆがみとりヨガ 助供	12:15～13:15 エアロビヨガ 浅田
15:00								
16:00	14:00～15:00 腸活ヨガ 浅田		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 川元			14:00～15:00 青中美人ヨガ 浅田	14:00～15:00 スタンダード60 橋本	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 助供
17:00								
18:00	15:45～16:45 エアロビヨガ 浅田						15:45～16:45 カンフーダイエット 助供	15:45～16:45 スタンダード60 浅田
19:00			17:30～18:30 エアロビヨガ 浅田	17:30～18:30 スタンダード60 橋本	17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 助供	17:30～18:30 腸活ヨガ 浅田	17:30～18:30 青中美人ヨガ 浅田	
20:00								
21:00			19:15～20:15 スタンダード60 橋本	19:15～20:15 もも尻ヨガティス 助供	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 助供	19:15～20:15 エアロビヨガ 浅田		
22:00								
			21:00～22:00 青中美人ヨガ 浅田	21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 助供	21:00～22:00 エアロビヨガ 浅田	21:00～22:00 スタンダード60 橋本		

# トキハわさだタウン店【10月9日～10月15日スケジュール】

	10月 9日(月)	10月 10日(火)	10月 11日(水)	10月 12日(木)	10月 13日(金)	10月 14日(土)	10月 15日(日)
9:00							
10:00							
11:00		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 川元	10:30～11:30 エアロビヨガ 浅田		10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 助供	10:30～11:30 スタンダード60 橋本	10:30～11:30 ホットピラティス 助供
12:00							
13:00		12:15～13:15 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)川元	12:15～13:15 スリムアッププレス 助供		12:15～13:15 スタンダード60 橋本	12:15～13:15 青中美人ヨガ 浅田	12:15～13:15 腸活ヨガ 浅田
14:00							
15:00		14:00～15:00 スタンダード60 橋本	14:00～15:00 腸活ヨガ 浅田		14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 助供	14:00～15:00 腸活ヨガ 浅田	14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 助供
16:00						15:45～16:45 スタンダード60 橋本	15:45～16:45 エアロビヨガ 浅田
17:00							
18:00		17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 助供		17:30～18:30 青中美人ヨガ 浅田	17:30～18:30 スタンダード60 橋本	17:30～18:30 エアロビヨガ 浅田	
19:00							
20:00		19:15～20:15 Sound Feel Yoga 助供	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 助供	19:15～20:15 スタンダード60 橋本	19:15～20:15 腸活ヨガ 浅田		
21:00							
22:00		21:00～22:00 スタンダード60 橋本	21:00～22:00 カンフーダイエット 助供	21:00～22:00 腸活ヨガ 浅田	21:00～22:00 青中美人ヨガ 浅田		

【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生体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♪



トキハわさだタウン店【10月16日～10月23日スケジュール】

	10月 16日(月)	10月 17日(火)	10月 18日(水)	10月 19日(木)	10月 20日(金)	10月 21日(土)	10月 22日(日)	10月 23日(月)
9:00	定 休 日							定 休 日
10:00								
11:00		10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の膳胃中Edition 助供	10:30～11:30 スタンダード60 橋本		10:30～11:30 腸活ヨガ 浅田	10:30～11:30 エアロビヨガ 浅田	10:30～11:30 スリムアッププレス 助供	
12:00								
13:00								
14:00		12:15～13:15 スタンダード60 橋本	12:15～13:15 腸活ヨガ 浅田		12:15～13:15 エアロビヨガ 浅田	12:15～13:15 スタンダード60 橋本	12:15～13:15 ボールでゆがみトリコ 松田	
15:00		14:00～15:00 ボールでゆがみトリコ 助供			14:00～15:00 スタンダード60 橋本	14:00～15:00 背中美人ヨガ 浅田	14:00～15:00 エアロビヨガ 浅田	
16:00						15:45～16:45 Sound Feel Yoga 助供	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 松田	
17:00								
18:00		17:30～18:30 スタンダード60 橋本	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 松田	17:30～18:30 ボールでゆがみトリコ 松田	17:30～18:30 背中美人ヨガ 浅田	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 助供		
19:00								
20:00		19:15～20:15 腸活ヨガ 浅田	19:15～20:15 背中美人ヨガ 浅田	19:15～20:15 スタンダード60 橋本	19:15～22:00 美ボディフロー ピラティス 川元			
21:00		21:00～22:00 エアロビヨガ 浅田	21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)松田	21:00～22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 松田	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 川元			
22:00								

トキハわさだタウン店【10月24日～10月31日スケジュール】

	10月 24日(火)	10月 25日(水)	10月 26日(木)	10月 27日(金)	10月 28日(土)	10月 29日(日)	10月 30日(月)	10月 31日(火)
9:00	定 休 日	定 休 日					定 休 日	
10:00								
11:00				10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 松田	10:30～11:30 もも尻ヨガティス 助供	10:30～11:30 カンフーダイエット 助供		10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 松田
12:00								
13:00				12:15～13:15 腸活ヨガ 助供	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 助供	12:15～13:15 スタンダード60 浅田		12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 松田
14:00				14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)松田	14:00～15:00 スタンダード60 橋本	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 川元		14:00～15:00 エアロビヨガ 浅田
15:00								
16:00					15:45～16:45 エアロビヨガ 浅田	15:45～16:45 腹トレ ビューティーヨガ 川元		
17:00								
18:00			17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)松田	17:30～18:30 スタンダード60 橋本	17:30～18:30 腸活ヨガ 浅田			17:30～18:30 腸活ヨガ 浅田
19:00								
20:00			19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 松田	19:15～20:15 エアロビヨガ 浅田				19:15～20:15 スタンダード60 橋本
21:00			21:00～22:00 スタンダード60 橋本	21:00～22:00 背中美人ヨガ 浅田				21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)松田
22:00								