

# 豊橋藤沢店【5月1日～5月8日スケジュール】

2024年 5月 1日更新

	5月 1日(水)	5月 2日(木)	5月 3日(金)	5月 4日(土)	5月 5日(日)	5月 6日(月)	5月 7日(火)	5月 8日(水)	
9:00						定 休 日			
10:00									
11:00	10:30～11:30 腸活ヨガ 西田		10:30～11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 鈴木	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	10:30～11:30 スタンダード60 西田			10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 西田	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 西田
12:00									
13:00									
14:00	14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木		14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ 西田	14:00～15:00 スタンダード60 鈴木	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 鈴木			14:00～15:00 スタンダード60 鈴木	14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木
15:00									
16:00			15:45～16:45 はじめてのハーヨガ (会員様限定)山内	15:45～16:45 全身ととのう 寝たまんまヨガ 山内	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 鈴木				
17:00									
18:00		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 西田	17:30～18:30 腸活ヨガ 西田	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 鈴木				17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 西田	
19:00									
20:00									
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 山内	21:00～22:00 SUMO YOGA 山内						21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 山内	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 山内
22:00									

# 豊橋藤沢店【5月9日～5月15日スケジュール】

	5月 9日(木)	5月 10日(金)	5月 11日(土)	5月 12日(日)	5月 13日(月)	5月 14日(火)	5月 15日(水)	
9:00					定 休 日			
10:00		10:30～11:30 スタンダード60 向竹	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 山内	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木			10:30～11:30 もも尻ヨガティス 山内	10:30～11:30 スタンダード60 武田
11:00								
12:00		12:15～13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 向竹	12:15～13:25 【母の日特別企画】 Mather's Day Yoga 西田	12:15～13:15 エアロビヨガ 西田			12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 山内
13:00								
14:00		14:00～15:00 ホットピラティス 山内	14:00～15:00 スタンダード60 武田	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 西田			14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 山内	
15:00								
16:00			15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 鈴木	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 鈴木				
17:00								
18:00	17:30～18:30 スタンダード60 武田	17:30～18:30 スタンダード60 武田	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 西田				17:30～18:30 スタンダード60 武田	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木
19:00								
20:00	19:15～20:15 エアロビヨガ 西田	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木					19:15～20:15 背中美人ヨガ 西田	19:15～20:15 スタンダード60 鈴木
21:00	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 西田	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 鈴木					21:00～22:00 スタンダード60 武田	21:00～22:00 エアロビヨガ 西田
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▶



### 豊橋藤沢店【5月16日～5月23日スケジュール】

	5月 16日(木)	5月 17日(金)	5月 18日(土)	5月 19日(日)	5月 20日(月)	5月 21日(火)	5月 22日(水)	5月 23日(木)
9:00					定 休 日			
10:00								
11:00		10:30～11:30 背中美人ヨガ 山内	10:30～11:30 スタンダード60 武田	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 山内		10:30～11:30 肩コリラックスヨガ 西田	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ 西田	
12:00		12:15～13:15 肩コリラックスヨガ 西田	12:15～13:15 エアロビヨガ 西田	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木		12:15～13:15 背中美人ヨガ 西田	12:15～13:15 腸活ヨガ 西田	
13:00								
14:00		14:00～15:00 スタンダード60 武田	14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	14:00～15:00 スタンダード60 武田		14:00～15:00 スタンダード60 武田	14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 鈴木	
15:00								
16:00			15:45～16:45 スタンダード60 武田	15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 山内				
17:00								
17:30	17:30～18:30 もも尻ヨガティス 山内	17:30～18:30 スタンダード60 武田	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 鈴木					
18:00						17:30～18:30 はじめての「ハワーク」 (会員様限定)山内		17:30～18:30 スタンダード60 武田
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 鈴木	19:15～20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木				19:15～20:15 スタンダード60 武田	19:00～20:30 EX「パワーヨガ」 (会員様限定)山内	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 山内
20:00								
21:00	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の勝負中Edition 鈴木				21:00～22:00 骨盤矯正ヨガ 山内	21:00～22:00 スタンダード60 武田	21:00～22:00 ボールでゆがみとりヨガ 山内
22:00								

### 豊橋藤沢店【5月24日～5月31日スケジュール】

	5月 24日(金)	5月 25日(土)	5月 26日(日)	5月 27日(月)	5月 28日(火)	5月 29日(水)	5月 30日(木)	5月 31日(金)		
9:00			定 休 日	定 休 日						
10:00										
11:00	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 向竹	10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 鈴木					10:30～11:30 はじめての「ハワーク」 (会員様限定)山内	10:30～11:30 スタンダード60 武田	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	
12:00	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の勝負中Edition 鈴木	12:15～13:15 スタンダード60 武田					12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 山内	12:15～13:15 SUMO YOGA 山内	12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ 西田	
13:00										
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 向竹	14:00～15:00 ホットピラティス 西田					14:00～15:00 エアロビヨガ 西田		14:00～15:00 背中美人ヨガ 西田	
15:00										
16:00		15:45～16:45 腸活ヨガ 西田								
17:00										
17:30	17:30～18:30 背中美人ヨガ 西田	17:30～18:30 スタンダード60 武田					17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	17:30～18:30 全身とどう 寝たまんまヨガ 山内	17:30～18:30 肩コリラックスヨガ 西田	17:30～18:30 スタンダード60 武田
18:00										
19:00	19:15～20:15 スタンダード60 武田						19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 西田	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の勝負中Edition 鈴木	19:15～20:15 スタンダード60 武田	19:15～20:15 ボールでゆがみとりヨガ 山内
20:00										
21:00	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ 西田						21:00～22:00 みるみる変わる ダイエットヨガ 鈴木	21:00～22:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 鈴木	21:00～22:00 ホットピラティス 西田	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 山内
22:00										