

トキハわさだタウン店【11月1日～11月8日スケジュール】

2023年 11月 1日更新

	11月 1日(水)	11月 2日(木)	11月 3日(金)	11月 4日(土)	11月 5日(日)	11月 6日(月)	11月 7日(火)	11月 8日(水)
9:00								
10:00	10:30～11:30 エアロピヨガ 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 FRUITY DIET 助供	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 スタンダード60 橋本	10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 松田
11:00								
12:00	12:15～13:15 ボールでゆがみトリック 松田		12:15～13:15 Sound Feel Yoga 助供	12:15～13:15 スタンダード60 橋本	12:15～13:15 腸活ヨガ 浅田		12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の贈育中Edition 助供	12:15～13:15 スタンダード60 橋本
13:00								
14:00			14:00～15:00 スタンダード60 橋本	14:00～15:00 もも尻ヨガティス 助供	14:00～15:00 エアロピヨガ 浅田	定 休 日	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 助供	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)松田
15:00								
16:00			15:45～16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 松田	15:45～16:45 エアロピヨガ 浅田	15:45～16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 松田			
17:00								
18:00	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 松田	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 松田	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 助供	17:30～18:30 スタンダード60 橋本				17:30～18:30 青中美人ヨガ 浅田
19:00								
20:00	19:15～20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 助供	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 松田					19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)松田	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 松田
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 橋本	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 助供					21:00～22:00 ボールでゆがみトリック 松田	21:00～22:00 青中美人ヨガ 浅田
22:00								

トキハわさだタウン店【11月9日～11月15日スケジュール】

	11月 9日(木)	11月 10日(金)	11月 11日(土)	11月 12日(日)	11月 13日(月)	11月 14日(火)	11月 15日(水)
9:00							
10:00		10:30～11:30 リンパドレッシングヨガ 助供	10:30～11:30 エアロピヨガ 浅田	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 松田		10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 松田	10:30～11:30 スタンダード60 橋本
11:00							
12:00		12:15～13:15 はじめての「パワー」 (会員様限定)助供	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 松田	12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 助供		12:15～13:15 スタンダード60 橋本	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 助供
13:00							
14:00		14:00～15:00 スタンダード60 橋本	14:00～15:00 青中美人ヨガ 浅田	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 助供	定 休 日	14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 松田	
15:00							
16:00			15:45～16:45 スタンダード60 橋本	15:45～16:45 パワーヨガAdvance (会員様限定)松田			
17:00							
18:00	17:30～18:30 青中美人ヨガ 浅田	17:30～18:30 肩コリリリースヨガ 助供	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 松田				17:30～18:30 スタンダード60 橋本
19:00							
20:00	19:15～20:15 スタンダード60 橋本	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 松田				19:15～20:15 腸トレ ビューティーヨガ 川元	19:15～20:15 青中美人ヨガ 浅田
21:00	21:00～22:00 腸活ヨガ 浅田	21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)松田				21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 川元	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 松田
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 ※受付時間以外に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。が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

トキハわさだタウン店【11月16日～11月23日スケジュール】

	11月 16日(木)	11月 17日(金)	11月 18日(土)	11月 19日(日)	11月 20日(月)	11月 21日(火)	11月 22日(水)	11月 23日(木)	
9:00									
10:00									
11:00		10:30～11:30 青中美人ヨガ 逸田	10:30～11:30 スタンダード60 橋本	10:30～11:30 もも原ヨガティス 助供		10:30～11:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)松田	10:30～11:30 リンパドックスヨガ 橋本	10:30～11:30 スタンダード60 橋本	
12:00		12:15～13:15 スタンダード60 橋本	12:15～13:15 スリムアッププレス 助供	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 松田		12:15～13:15 腸活ヨガ 逸田	12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 松田	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)松田	
13:00									
14:00		14:00～15:00 腸活ヨガ 逸田	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 松田	14:00～15:00 ダイエットヨガ 助供		14:00～15:00 エアロピヨガ 逸田	14:00～15:00 スタンダード60 橋本	14:00～15:00 リンパドックスヨガ 橋本	
15:00					定 休 日				
16:00			15:45～16:45 Sound Feel Yoga 助供	15:45～16:45 骨盤矯正ヨガ 松田				15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 助供	
17:00									
18:00	17:30～18:30 スタンダード60 逸田	17:30～18:30 ボールでゆがみとりヨガ 松田	17:30～18:30 パワーヨガAdvance (会員様限定)松田				17:30～18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 松田		17:30～18:30 ホットピラティス 助供
19:00	19:15～20:15 ボールでゆがみとりヨガ 松田	19:15～20:15 スタンダード60 橋本							
20:00							19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 川元	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 助供	
21:00	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							
22:00							21:00～22:00 麗トレ ビューティーヨガ 川元	21:00～22:00 Sound Feel Yoga 助供	

トキハわさだタウン店【11月24日～11月30日スケジュール】

	11月 24日(金)	11月 25日(土)	11月 26日(日)	11月 27日(月)	11月 28日(火)	11月 29日(水)	11月 30日(木)	
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 ボールでゆがみとりヨガ 松田	10:30～11:30 はじめての「パワーヨガ」 (会員様限定)松田	10:30～11:30 リンパドックスヨガ 橋本		10:30～11:30 スタンダード60 橋本	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 松田		
12:00	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 松田	12:15～13:15 青中美人ヨガ 逸田	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)松田		12:15～13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 松田	12:15～13:15 エアロピヨガ 逸田		
13:00								
14:00	14:00～15:00 青中美人ヨガ 逸田	14:00～15:00 もも原ヨガティス 助供	14:00～15:00 スタンダード60 橋本		14:00～15:00 骨盤矯正ヨガ 松田			
15:00				定 休 日				
16:00		15:45～16:45 スタンダード60 逸田	15:45～16:45 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 松田					
17:00								
18:00	17:30～18:30 ホットピラティス 助供	17:30～18:30 腸活ヨガ 逸田				17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 助供	17:30～18:30 スタンダード60 橋本	17:30～18:30 リンパドックスヨガ 橋本
19:00	19:15～20:15 腸活ヨガ 逸田					19:15～20:15 リンパドックスヨガ 橋本	19:15～20:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)松田	19:15～20:15 青中美人ヨガ 逸田
20:00								
21:00	21:00～22:00 スリムアッププレス 助供					21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 助供	21:00～22:00 リンパドックスヨガ 橋本	21:00～22:00 はじめての「パワーヨガ」 (会員様限定)助供
22:00								