

トキハ別府店【10月1日～10月8日スケジュール】

2024年 9月 16日更新

	10月 1日(火)	10月 2日(水)	10月 3日(木)	10月 4日(金)	10月 5日(土)	10月 6日(日)	10月 7日(月)	10月 8日(火)	
9:00							定 休 日		
10:00									
11:00	10:30～11:30 ココカラダリセットヨガ 高橋	10:30～11:30 青中美人ヨガ 森岡		10:30～11:30 腫トレ ビューティーヨガ 藤垣	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 森岡	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ 森岡			10:30～11:30 ポールでゆがみどりヨガ 高橋
12:00									
13:00	12:15～13:00 ピラティスブートキャンプ 森岡	12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 宇澤		12:15～13:15 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)宇澤	12:15～13:15 スタンダード60 藤垣	12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 高橋			12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 高橋
14:00	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 高橋			14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 宇澤	14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 宇澤	14:00～15:00 スタンダード60 藤垣			14:00～15:00 腫トレ ビューティーヨガ 藤垣
15:00									
16:00					15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス 森岡	15:45～16:45 青中美人ヨガ 森岡			
17:00									
18:00	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 藤垣	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 高橋	17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 宇澤	17:30～18:30 スタンダード60 藤垣	17:30～18:30 エアロビヨガ 宇澤				17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 森岡
19:00	19:15～20:15 エアロビヨガ 宇澤	19:15～20:15 スタンダード60 藤垣	19:15～20:15 ココカラダリセットヨガ 高橋	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 高橋					19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 藤垣
20:00									
21:00	21:00～22:00 スタンダード60 藤垣	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 高橋	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 宇澤	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 高橋					21:00～21:45 ピラティスブートキャンプ 森岡
22:00									

トキハ別府店【10月9日～10月15日スケジュール】

	10月 9日(水)	10月 10日(木)	10月 11日(金)	10月 12日(土)	10月 13日(日)	10月 14日(月)	10月 15日(火)
9:00							
10:00							
11:00	10:30～11:30 スタンダード60 藤垣		10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 高橋	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 森岡	10:30～11:30 エアロビヨガ 宇澤		10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 藤垣
12:00							
13:00	12:15～13:15 ココカラダリセットヨガ 高橋		12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 宇澤	12:15～13:15 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)宇澤	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 高橋		12:15～13:15 スタンダード60 藤垣
14:00	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 藤垣		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 高橋	14:00～15:00 腫トレ ビューティーヨガ 藤垣	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 高橋		14:00～15:00 ココカラダリセットヨガ 高橋
15:00							
16:00				15:45～16:45 全身ととのう 寝たまんまヨガ 宇澤	15:45～16:45 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)宇澤		
17:00							
18:00		17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 森岡	17:30～18:30 スタンダード60 藤垣	17:30～18:15 ピラティスブートキャンプ 森岡			17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 宇澤
19:00	19:15～20:15 エアロビヨガ 宇澤	19:15～20:15 スタンダード60 藤垣	19:15～20:15 腫トレ ビューティーヨガ 藤垣				19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の胸育中Edition 宇澤
20:00							
21:00	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ 森岡	21:00～22:00 青中美人ヨガ 森岡	21:00～21:45 ピラティスブートキャンプ 森岡				21:00～22:00 ポールでゆがみどりヨガ 高橋
22:00							

P  
A  
R  
K  
  
Y  
O  
G  
A

【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▶



