

トキハ別府店【8月1日～8月8日スケジュール】

2024年 7月 16日更新

	8月 1日(木)	8月 2日(金)	8月 3日(土)	8月 4日(日)	8月 5日(月)	8月 6日(火)	8月 7日(水)	8月 8日(木)	
9:00					定 休 日				
10:00									
11:00		10:30～11:30 スタンダード60 藤垣	10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 高橋	10:30～11:30 腸活ヨガ ver.2 高橋		10:30～11:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)宇澤	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 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 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 宇澤	12:15～13:15 スタンダード60 藤垣		12:15～13:15 ボールでゆがみとりヨガ 高橋	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 宇澤		
14:00		14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 藤垣	14:00～15:00 ボールでゆがみとりヨガ 高橋	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 宇澤		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 宇澤			
15:00									
16:00			15:45～16:45 Sound Feel Yoga ver.2 宇澤	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 藤垣					
17:00									
18:00	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 森岡	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 高橋	17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 宇澤			17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 藤垣	17:30～18:30 スタンダード60 藤垣	17:30～18:30 ボールでゆがみとりヨガ 高橋	
19:00									
20:00	19:15～20:15 スタンダード60 藤垣	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 宇澤				19:15～20:15 セルトル美脚ヨガ 高橋	19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ 森岡	19:15～20:15 育中美人ヨガ 森岡	
21:00	21:00～22:00 育中美人ヨガ 森岡	21:00～22:00 腸活ヨガ ver.2 高橋				21:00～22:00 スタンダード60 藤垣	21:00～21:45 ピラティスブートキャンプ 森岡	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 高橋	
22:00									

トキハ別府店【8月9日～8月15日スケジュール】

	8月 9日(金)	8月 10日(土)	8月 11日(日)	8月 12日(月)	8月 13日(火)	8月 14日(水)	8月 15日(木)	
9:00				定 休 日				
10:00								
11:00	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 藤垣	10:30～11:15 ピラティスブートキャンプ 松田	10:30～11:30 骨盤矯正ヨガ 森岡		10:30～11:30 スタンダード60 藤垣	10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ 森岡		
12:00								
13:00	12:15～13:15 育中美人ヨガ 森岡	12:15～13:15 スタンダード60 藤垣	12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 高橋		12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 藤垣	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 森岡		
14:00	14:00～15:00 スタンダード60 藤垣	14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ 森岡	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 森岡		14:00～15:00 育中美人ヨガ 森岡	14:00～15:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)宇澤		
15:00								
16:00		15:45～16:45 ココロカラダリセットヨガ 松田	15:45～16:45 スタンダード60 藤垣					
17:00								
18:00	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 森岡	17:30～18:30 育中美人ヨガ 森岡				17:30～18:30 Sound Feel Yoga ver.2 宇澤	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 高橋	
19:00								
20:00	19:15～20:15 腸活ヨガ ver.2 高橋					19:15～20:15 骨盤矯正ヨガ 森岡	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 宇澤	19:15～20:15 スタンダード60 藤垣
21:00	21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 高橋					21:00～22:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)宇澤	21:00～22:00 スタンダード60 藤垣	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 藤垣
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▶



トキハ別府店【8月16日～8月23日スケジュール】

	8月 16日(金)	8月 17日(土)	8月 18日(日)	8月 19日(月)	8月 20日(火)	8月 21日(水)	8月 22日(木)	8月 23日(金)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 森岡	10:30～11:30 属活ヨガ ver.2 高橋	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 宇澤	10:30～11:30 青中美人ヨガ 森岡	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 藤垣			10:30～11:30 セルトル美脚ヨガ 高橋
12:00								
12:15	12:15～13:15 スタンダード60 藤垣	12:15～13:15 パワーヨガAdvance (会員様限定)松田	12:15～13:15 スタンダード60 藤垣	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 藤垣	12:15～13:15 青中美人ヨガ 森岡			12:15～13:15 青盤矯正ヨガ 森岡
13:00								
14:00	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 藤垣	14:00～15:00 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX 高橋	14:00～14:45 ピラティスブートキャンプ 森岡		14:00～15:00 スタンダード60 藤垣			14:00～15:00 アロマリラクゼーション FRUITY DIET 高橋
15:00								
16:00		15:45～16:30 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 宇澤	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 藤垣					
17:00								
18:00	17:30～18:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 宇澤	17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 松田		17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 森岡	17:30～18:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)宇澤		17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 高橋	17:30～18:30 スタンダード60 藤垣
19:00								
19:15	19:15～20:15 ボールでゆがみとりヨガ 高橋			19:15～20:15 属活ヨガ ver.2 高橋	19:15～20:15 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 高橋		19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 宇澤	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 藤垣
20:00								
21:00	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 宇澤			21:00～22:00 セルトル美脚ヨガ 高橋	21:00～22:00 ココロカラダリセットヨガ 高橋		21:00～22:00 スタンダード60 藤垣	21:00～22:00 青中美人ヨガ 森岡
22:00								

休
業
日

トキハ別府店【8月24日～8月31日スケジュール】

	8月 24日(土)	8月 25日(日)	8月 26日(月)	8月 27日(火)	8月 28日(水)	8月 29日(木)	8月 30日(金)	8月 31日(土)
9:00								
10:00								
11:00	10:30～11:30 スタンダード60 藤垣	10:30～11:30 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 宇澤		10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 高橋	10:30～11:15 ピラティスブートキャンプ 森岡		10:30～11:30 ボールでゆがみとりヨガ 高橋	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 藤垣
12:00								
12:15	12:15～13:00 ピラティスブートキャンプ 森岡	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 藤垣		12:15～13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ 宇澤	12:15～13:15 属活ヨガ ver.2 高橋		12:15～13:15 セルトル美脚ヨガ 高橋	12:15～13:15 ココロカラダリセットヨガ 高橋
13:00								
14:00	14:00～15:00 ココロカラダリセットヨガ 高橋	14:00～14:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 宇澤		14:00～15:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)宇澤	14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ 森岡		14:00～15:00 スタンダード60 藤垣	14:00～14:45 BEAT CORE HIIT 森岡
15:00								
16:00	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 藤垣	15:45～16:45 スタンダード60 藤垣						15:45～16:45 セルトル美脚ヨガ 高橋
17:00								
18:00	17:30～18:30 セルトル美脚ヨガ 高橋			17:30～18:30 ボールでゆがみとりヨガ 高橋		17:30～18:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)宇澤	17:30～18:30 リンパデトックスヨガ 藤垣	17:30～18:30 スタンダード60 藤垣
19:00								
19:15				19:15～20:15 スタンダード60 藤垣	19:15～20:15 ココロカラダリセットヨガ 高橋	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 藤垣	19:15～20:00 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 宇澤	
20:00								
21:00				21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 藤垣	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 宇澤	21:00～22:00 スタンダード60 藤垣	21:00～22:00 アロマリラクゼーション DEEP FOREST 宇澤	
22:00								

定
休
日