

トキハ別府店【9月1日～9月8日スケジュール】

2024年 8月 16日更新

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

トキハ別府店【9月9日～9月15日スケジュール】

	9月 9日(月)	9月 10日(火)	9月 11日(水)	9月 12日(木)	9月 13日(金)	9月 14日(土)	9月 15日(日)
9:00							
10:00		10:30~11:30 ボールでゆがみトリヨガ 高橋	10:30~11:30 スタンダード60 藤垣		10:30~11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 宇澤	10:30~11:30 リンパデトックスヨガ 藤垣	10:30~11:15 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 宇澤
11:00							
12:00		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 スタンダード60 藤垣	12:15~13:15 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)宇澤	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 アロマリラクセスヨガ DEEP FOREST 高橋	14:00~15:00 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)宇澤		14:00~15:00 Sound Feel Yoga ver.2 宇澤	14:00~15:00 属活ヨガ ver.2 高橋	14:00~15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 宇澤
15:00							
16:00						15:45~16:45 スタンダード60 藤垣	15:45~16:45 ボールでゆがみトリヨガ 高橋
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 スタンダード60 藤垣	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 セルトル美脚ヨガ 高橋	
19:00		19:15~20:15 骨盤矯正ヨガ 森岡	19:15~20:15 セルトル美脚ヨガ 高橋	19:15~20:00 BEAT CORE HIIT 森岡	19:15~20:15 ココロカラダリセット3が 高橋		
20:00							
21:00		21:00~21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕育中Edition 宇澤	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 リンパデトックスヨガ 藤垣	21:00~22:00 アロマリラクセスヨガ HERBAL RELAX 高橋		
22:00							

定  
休  
日

【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【9月16日～9月23日スケジュール】

	9月 16日(月)	9月 17日(火)	9月 18日(水)	9月 19日(木)	9月 20日(金)	9月 21日(土)	9月 22日(日)	9月 23日(月)	
9:00									
10:00		10:30～11:30 背中美人ヨガ 森岡			10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 川元	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 腫トレ ビューティーヨガ 藤垣		
11:00									
12:00		12:15～13:15 腸活ヨガ ver.2 高橋			12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 森岡	12:15～13:15 スタンダード60 藤垣	12:15～13:15 Sound Feel Yoga ver.2 宇澤		
13:00									
14:00	定 休 日	14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ 森岡	休 業 日		14:00～15:00 瘦せる身体をつくる ダイエットヨガ 川元	14:00～14:45 ピラティスフットキャンプ 森岡	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 藤垣	定 休 日	
15:00									
16:00						15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 藤垣	15:45～16:45 全身ととのう 寝たまんまヨガ 宇澤		
17:00									
18:00		17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 高橋		17:30～18:30 瘦せる身体をつくる ダイエットヨガ 松田	17:30～18:30 腫トレ ビューティーヨガ 藤垣	17:30～18:30 骨盤矯正ヨガ 森岡			
19:00	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 宇澤		19:15～20:15 スタンダード60 藤垣	19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ 森岡					
20:00									
21:00	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 宇澤		21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)松田	21:00～22:00 スタンダード60 藤垣					
22:00									

トキハ別府店【9月24日～9月30日スケジュール】

	9月 24日(火)	9月 25日(水)	9月 26日(木)	9月 27日(金)	9月 28日(土)	9月 29日(日)	9月 30日(月)
9:00							
10:00	10:30～11:30 スタンダード60 藤垣	10:30～11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 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	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 高橋	
11:00							
12:00	12:15～13:15 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)宇澤	12:15～13:15 ホールドゆがみとりヨガ 高橋		12:15～13:15 エアロビヨガ 宇澤	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 森岡	12:15～13:15 スタンダード60 藤垣	
13:00							
14:00	14:00～15:00 腫トレ ビューティーヨガ 藤垣	14:00～15:00 背中美人ヨガ 森岡		14:00～15:00 スタンダード60 藤垣	14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 高橋	14:00～15:00 エアロビヨガ 宇澤	定 休 日
15:00							
16:00					15:45～16:30 BEAT CORE HIIT 森岡	15:45～16:45 リンパデトックスヨガ 藤垣	
17:00							
18:00	17:30～18:30 エアロビヨガ 宇澤		17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 高橋	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 森岡	17:30～18:30 ココロカラダリセットヨガ 高橋		
19:00	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 高橋	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 藤垣	19:15～20:00 ピラティスフットキャンプ 森岡	19:15～20:15 はじめてのハリーヨガ (会員様限定)宇澤			
20:00							
21:00	21:00～22:00 ホールドゆがみとりヨガ 高橋	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 宇澤	21:00～22:00 腫トレ ビューティーヨガ 藤垣	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ 森岡			
22:00							