

トキハわさだ店【9月1日～9月8日スケジュール】

2024年 8月 31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 リンパデトックスヨガ 見玉		10:30～11:30 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)松田	10:30～11:30 スタンダード60 安田		10:30～11:30 美ボディフロー ピラティス 川元	10:30～11:30 青中美人ヨガ 川元	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 川元
11:00								
12:00	12:15～13:00 Beat Drum Diet3.0 二の練習中Edition 松田		12:15～13:15 スタンダード60 見玉	12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 見玉		12:15～13:15 オトナのための オールインワンヨガ 見玉	12:15～13:15 スタンダード60 安田	12:15～13:15 エアロピヨガ 川元
13:00								
14:00	13:45～14:45 スタンダード60 見玉		14:00～15:00 オトナのための オールインワンヨガ 見玉	13:45～14:45 リンパデトックスヨガ 安田		14:00～15:00 腫トレ ビューティーヨガ 川元	14:00～15:00 セルトル美脚ヨガ 高橋	14:00～15:00 スタンダード60 安田
15:00								
16:00	15:30～16:30 ポールでゆがみとりヨガ 松田						15:45～16:45 はじめてのハワ-ヨガ (会員様限定)川元	15:45～16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス 川元
17:00			17:30～18:30 腸活ヨガ ver.2 安田		17:30～18:30 スタンダード60 安田	17:30～18:30 エアロピヨガ 川元	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 高橋	
18:00								
19:00			19:15～20:15 ピラティスブートキャンプ 松田	19:15～20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 松田	19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ 見玉	19:15～20:15 腸活ヨガ ver.2 安田		
20:00								
21:00			21:00～22:00 スタンダード60 安田	21:00～22:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)松田	21:00～21:45 BEAT CORE HIIT 見玉	21:00～22:00 スタンダード60 安田		
22:00								

トキハわさだ店【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 スタンダード60 見玉	10:30～11:30 リンパデトックスヨガ 安田		10:30～11:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 川元	10:30～11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 川元	10:30～11:15 ピラティスブートキャンプ 松田
11:00							
12:00	12:15～13:15 骨盤矯正ヨガ 松田	12:15～13:45 アドバンス90 (会員様限定) 松田		12:15～13:15 スタンダード60 安田	12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 見玉	12:15～13:15 腫トレ ビューティーヨガ 川元	
13:00							
14:00	14:00～15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定)松田			14:00～15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス 川元	13:45～14:45 パワーヨガAdvance (会員様限定)松田	14:00～15:00 スタンダード60 安田	
15:00						15:30～16:30 リンパデトックスヨガ 安田	15:45～16:45 青中美人ヨガ 川元
16:00							
17:00						17:15～18:15 オトナのための オールインワンヨガ 見玉	
18:00	17:30～18:30 美ボディフロー ピラティス 川元	17:30～18:30 スリムアッププレス 川元	0:00～0:00 ココロカラダリセットヨガ 松田	17:30～18:30 スタンダード60 見玉			
19:00	19:15～20:15 Sound Feel Yoga ver.2 松田	19:15～20:15 スタンダード60 見玉	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 見玉	19:15～20:15 オトナのための オールインワンヨガ 見玉			
20:00							
21:00	21:00～22:00 腫トレ ビューティーヨガ 川元	21:00～22:00 美ボディフロー ピラティス 川元	21:00～21:45 ピラティスブートキャンプ 松田	21:00～22:00 リンパデトックスヨガ 安田			
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。

レッスンのWEB予約はこちらから▶

◆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。



トキハわさだ店【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 リンパデトックスヨガ 安田	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 見玉		10:30～11:30 オトナのための オールインワンヨガ 見玉	10:30～11:30 ホットピラティス 川元	10:30～11:40 ディーブプレスヨガ 松田		
11:00									
12:00		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 安田		12:15～13:15 属活ヨガ ver.2 安田	12:15～13:15 スタンダード60 見玉	12:15～13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス 川元		
13:00									
14:00		14:00～15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 松田	14:00～15:00 リンパデトックスヨガ 安田		14:00～15:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 見玉	14:00～15:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 川元	14:00～15:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 松田		
15:00	定 休 日								
16:00						16:45～16:45 属活ヨガ ver.2 安田	16:30～17:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 見玉		
17:00									
18:00			17:30～18:30 オールインワンヨガ 見玉		17:30～18:30 スタンダード60 見玉	17:30～18:30 はじめての「ハーヨガ」 (会員様限定)松田	17:30～18:30 オトナのための オールインワンヨガ 見玉		
19:00									
20:00			19:15～20:15 腫トレ ビューティーヨガ 未定	19:15～20:15 美ボディフロー ピラティス 川元	19:15～20:15 リンパデトックスヨガ 安田	19:15～20:15 スタンダード60 見玉			
21:00			21:00～22:00 背中美人ヨガ 川元	21:00～21:45 Beat Drum Diet3.0 二の腕背中Edition 松田	21:00～22:00 オトナのための オールインワンヨガ 見玉	21:00～21:45 ピラティスブートキャンプ 松田			
22:00									
									定 休 日

トキハわさだ店【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							
11:00	10:30～11:15 BEAT CORE HIIT 見玉	10:30～11:30 全身ととのう 寝たまんまヨガ 見玉		10:30～11:30 ココロカラダリセットヨガ 松田	10:30～11:30 Sound Feel Yoga ver.2 松田	10:30～12:00 アドバンス90 (会員様限定) 松田	
12:00							
13:00	12:15～13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST 川元	12:15～13:15 属活ヨガ ver.2 安田		12:15～13:00 BEAT CORE HIIT 見玉	12:15～13:15 リンパデトックスヨガ 安田	12:45～13:45 属活ヨガ ver.2 安田	
14:00	14:00～15:00 背中美人ヨガ 川元			14:00～15:00 ディーブプレスヨガ 松田	14:00～15:00 ホットピラティス 川元		
15:00						14:30～15:30 オトナのための オールインワンヨガ 見玉	定 休 日
16:00					15:45～16:45 スタンダード60 見玉	15:45～16:45 エアロビヨガ 川元	
17:00							
18:00	17:30～18:40 ディーブプレスヨガ 松田	17:30～18:30 スリムアッププレス 川元	17:30～18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス 川元	17:30～18:30 スタンダード60 安田	17:30～18:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX 松田		
19:00							
20:00	19:15～20:15 属活ヨガ ver.2 安田	19:15～20:00 ピラティスブートキャンプ 松田	19:15～20:00 全身ととのう 寝たまんまヨガ 見玉	19:15～20:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ 松田			
21:00	21:00～22:00 Sound Feel Yoga ver.2 松田	21:00～22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET 川元	21:00～22:00 エアロビヨガ 川元	21:00～22:00 属活ヨガ ver.2 安田			
22:00							