

半田レッスンスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
---	---	---	---	---	---	---

●お願い● キャンセルについて

- レッスン開始30分前まではご自身のマイページからキャンセル可能です。※キャンセルはわかり次第早めにご連絡下さい。
- それ以降につきましてはご自身でキャンセルはできませんのでマイページからのメッセージ又は公式LINEからご連絡下さい。
- 連絡がない場合は無断キャンセルとなり、続いてしまいますと予約制限で予約ができなくなる場合がございます。

11月2日	11月3日	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日
9:45(70) 真依子 ビギナース	9:45(60) 亜矢 骨盤調整	9:45(70) 直子 セルフケアヨガ	9:45(60) Tamiyo 動けるカラダヨガ	10:15(70) 友香里 アロマヨガ	8:30(60) ゆうみ 週末ほぐしヨガ	7:30(60) 祐美子 朝ヨガ
11:30(70) 里美 ピラティス	11:15(60) 亜矢 筋膜リリース ~上半身~	11:30(70) 真依子 コアトレ	11:15(75) 祐美子 Rest	12:00(60) こっちゃん バランスボール 【定員10名】	★11月7日限定レッスン★ 10:15(75) RYU 全身調整ヨガ	9:00(60) 直子 朝ヨガ
13:10(70) 里美 フラエクササイズ	13:00(75) 香奈 FunBasio	18:50(60) 香奈 Burn-G (バーンジー) 【有料】	19:00(75) 真依子 FunMIX	19:00(60) 真代 バレトン		10:30(70) 里美 ピラティス
19:30(70) Sayaka アロマキャンドルナイトヨガ	20:00(90) 友香里 ★随時90分【ZOOM同時配信】	20:20(75) 香奈 Rest	20:35(60) 真依子 骨盤調整	20:20(70) 真代 ナイトヨガ		12:15(75) 里美 FunMIX

11月9日	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日
9:45(70) 真依子 ビギナース	9:45(60) 亜矢 骨盤調整	9:45(70) 直子 セルフケアヨガ	9:45(60) Tamiyo 動けるカラダヨガ	10:15(70) 友香里 アロマヨガ	8:30(60) Sayaka グッドモーニングヨガ	7:30(60) 祐美子 朝ヨガ
11:30(70) 里美 ピラティス	11:15(60) 亜矢 マットウォーキング	11:30(70) 真依子 コアトレ	11:15(75) 祐美子 FunMIX	12:00(75) 香奈 FunAB	10:00(60) 亜矢 骨盤調整	9:00(60) 直子 朝ヨガ
13:30(60) 祐美子 Burn-G (バーンジー) 【有料】	13:00(75) 祐美子 AGストレッチ	19:00(60) 祐美子 かんたんピラティス	13:30(60) キラキラ健康づくり体操	19:30(70) 真代 バクティフローヨガ	11:30(60) 亜矢 フローダンス	10:30(75) 祐美子 Rest
20:20(75) 祐美子 AGストレッチ	20:00(90) 友香里 ★随時90分【ZOOM同時配信】	20:20(75) 祐美子 Rest	20:00(70) 真依子 シェイプアップヨガ	20:30(45) 亜矢 ナイトベルグウィス〜無断〜【ZOOMのみ】		12:15(75) 祐美子 AY

11月16日	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日
9:45(70) 真依子 ビギナース	9:45(60) 亜矢 骨盤調整	9:45(70) 直子 セルフケアヨガ	9:45(60) Tamiyo 動けるカラダヨガ	10:15(70) 友香里 アロマヨガ	8:30(60) ゆうみ 週末ほぐしヨガ	7:30(60) 真依子 朝ヨガ
11:30(70) 真依子 コアトレ	11:15(60) 亜矢 筋膜リリース〜下半身〜	11:30(75) 真依子 FunMIX	11:15(75) 祐美子 FunAY		10:00(75) 真依子 FunMIX	9:00(60) 直子 朝ヨガ
	13:00(75) 祐美子 Rest		13:30(60) キラキラ健康づくり体操		11:45(75) 真依子 FunBasio	10:30(75) 香奈 FunAB
19:30(70) Sayaka flow beat yoga		19:30(75) 香奈 FunMIX	19:00(75) 真依子 FunBasio	19:00(60) 真代 バレトン		12:15(75) 香奈 AGストレッチ
	20:00(90) 友香里 随時90分【ZOOM同時配信】		20:35(60) 真依子 骨盤調整	20:20(70) 真代 ナイトヨガ		

11月23日	11月24日	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日
9:45(70) 真依子 ビギナース	9:45(60) 亜矢 骨盤調整		9:45(60) Tamiyo 動けるカラダヨガ	10:15(70) 友香里 アロマヨガ	8:30(60) Sayaka グッドモーニングヨガ	7:30(60) 真依子 朝ヨガ
11:30(70) 里美 ピラティス	11:15(60) 亜矢 トーニング 筋肉の調律		11:15(75) 祐美子 AGストレッチ		10:00(60) 亜矢 骨盤調整	9:00(60) 直子 朝ヨガ
13:30(60) 香奈 Burn-G (バーンジー) 【有料】	13:00(75) 真依子 FunMIX	クラシティ休館日	13:30(60) キラキラ健康づくり体操		11:30(60) 亜矢 フローダンス	10:30(75) 祐美子 AY
				19:30(75) 祐美子 AGストレッチ	16:30(75) 香奈 FunMIX	12:15(75) 祐美子 AGストレッチ
20:20(75) 真依子 ストレッチ&Sfit	20:00(90) 友香里 随時90分【ZOOM同時配信】		20:00(70) 真依子 シェイプアップヨガ	20:30(45) 亜矢 ナイトベルグウィス〜無断〜【ZOOMのみ】		

11月30日
9:45(70) 真依子 ビギナース
11:30(70) 里美 ピラティス
13:10(70) 里美 フラエクササイズ
19:00(60) 祐美子 かんたんピラティス
20:20(75) 祐美子 Rest

フロアーレッスン	フロアーは全て体験可能です。
ヨガ	ピラティス
骨盤シリーズ	その他
空中ヨガ	ハンモックを使用します。 ☑マークがついているレッスンのみ体験可能です
BurnG	有料レッスンになります。※すべてのレッスン体験可能です。 室内シューズが必要です

【ZOOMのみ】

※スタジオのレッスンは
ございません

【ZOOM同時配信】

※ZOOMへの直接指導は
ございません。