

スタジオ・ヨガの華 レッスンスケジュール 2025.3月 1日~16日

月	火	水	木	金	土 1	日 2
<p>2025.1月~3月 GLF&ヨガの華使い放題会員様限定!!お試シシェア会員を募集しています。</p> <p>プレミアム会員様&VIP会員様は追加料金ナシ!常滑のGLFに通えスタジオレッスンやトレーニングマシン(VIP会員のみ)がご利用可能です。</p> <p>初回アカウント登録が必要です。</p> <p>登録したい方は、フロントスタッフまたはインストラクターに声をかけてください!!</p>			<p>★初回体験特別価格★ フロアークラス -1回500円 空中ヨガクラス -1回1,500円</p> <p>★入会特典★ 入会金-100%OFF 月会費-2ヶ月半額 最大24,200円お得!!</p>		8:30(60) Sayaka ウィンヤサ フローヨガ	
					10:00(75) 祐美子 Rest	
					11:45(75) 祐美子 AY	
3	4	5	6	7	8	9
	9:45(60) 亜矢 骨盤調整	9:45(70) 直子 セルフケアヨガ	9:00(60) 華奈子 ★骨盤調整 【ZOOM同時配信】		8:30(60) ゆうみ 朝の リフレッシュヨガ	7:30(60) 真依子 朝ヨガ
10:30(70) 真依子 ビギナース			10:30(75) 祐美子 Rest	10:15(70) 友香里 アロマヨガ		9:00(60) 直子 朝ヨガ
	11:15(70) 里美 フラエクササイズ	11:30(70) 真依子 シェイプアップヨガ		12:00(75) 香奈 FunBasic	10:00 亜矢 骨盤調整	10:30(75) 里美 ピラティス
13:00(70) 里美 ピラティス	13:00(75) 祐美子 FunMIX				11:30(60) 亜矢 フローダンス	12:15(75) 里美 FunMIX
19:30(70) 美由紀 ビギナースヨガ 【ZOOM同時配信】	20:00(90) 友香里 ★陰ヨガ90 【ZOOM同時配信】	19:30(75) 香奈 AGストレッチ	20:00(70) 真依子 シェイプアップヨガ 【ZOOM同時配信】	19:00(60) 真代 バレトン		
10	11	12	13	14	15	16
	9:45(60) 亜矢 骨盤調整	9:45(70) 直子 セルフケアヨガ	9:00(60) 華奈子 ★朝ヨガ 【ZOOM同時配信】		8:30(60) Sayaka ウィンヤサ フローヨガ	7:30(60) 祐美子 朝ヨガ
	11:15(60) 亜矢 トーニング 筋肉の調律	11:30(75) 祐美子 FunMIX	10:30(75) 祐美子 FunAY	10:15(70) 友香里 アロマヨガ		9:00(60) 直子 朝ヨガ
	13:00(75) 祐美子 AGストレッチ			12:00(75) 香奈 FunAB	10:00(75) 真依子 Fun&Sfit	10:30(75) 祐美子 AY
		18:50(60) 祐美子 かんたんピラティス	18:50(75) 真依子 FunMIX		11:45(75) 真依子 FunMIX	12:15(75) 祐美子 AGストレッチ
	20:00(90) 友香里 ★陰ヨガ90 【ZOOM同時配信】	20:20(75) 祐美子 Rest	20:30(60) 真依子 骨盤調整	20:30(45) 亜矢 整顔 【ZOOMのみ】		

ご家族・お友達を
ご紹介ください!♡

スタジオ・ヨガの華 レッスンスケジュール 2025.3月 17日~31日

17	18	19	20	21	22	23	
	9:45(60) 亜矢 骨盤調整	9:45(70) 祐美子 朝ヨガ	9:00(60) 華奈子 ★骨盤調整 【ZOOM同時配信】		8:30(60) ゆうみ 朝の リフレッシュヨガ	7:30(60) 真依子 朝ヨガ	
10:30(70) 真依子 ピギナース		レッスン変更	10:30(75) 真依子 FunMIX	10:15(70) 友香里 アロマヨガ		9:00(60) 直子 朝ヨガ	
	11:15(70) 里美 フラエクササイズ	11:30(70) 真依子 シェイプアップヨガ		12:00(75) 香奈 FunBasic	10:00 亜矢 骨盤調整	10:30(75) 真依子 Fun&Sfit	
13:00(70) 里美 ピラティス	13:00(75) 祐美子 Rest				11:30(60) 亜矢 フローダンス	12:15(75) 真依子 FunBasic	
18:50(60) 祐美子 かんたんピラティス	20:00(90) 友香里 ★陰ヨガ90 【ZOOM同時配信】	19:30(75) 香奈 FunAB	20:00(70) 真依子 シェイプアップヨガ 【ZOOM同時配信】	19:00(60) 真代 バレトン	16:30(75) 香奈 FunMIX		
20:20(75) 祐美子 Rest			20:20(70) 真代 ナイトヨガ 【ZOOM同時配信】				
24	25	26	27	28	29	30	
	9:45(60) 亜矢 骨盤調整	休館日	9:00(60) 華奈子 ★朝ヨガ 【ZOOM同時配信】			7:30(60) 香奈 朝ヨガ	
10:30(70) 真依子 ピギナース	11:15(60) 亜矢 トーニング 筋肉の調律		10:30(75) 祐美子 AGストレッチ	10:15(70) 友香里 アロマヨガ		9:00(60) 直子 朝ヨガ	
13:00(70) 里美 ピラティス	13:00(75) 祐美子 FunAY			12:00(75) 香奈 Rest		10:30(75) 香奈 FunBasic	
19:30(70) 美由紀 ピギナースヨガ 【ZOOM同時配信】	20:00(90) 友香里 ★陰ヨガ90 【ZOOM同時配信】			18:50(75) 真依子 FunBasic	20:30(45) 亜矢 整顔 【ZOOMのみ】	12:15(75) 香奈 AB	
				20:30(60) 真依子 骨盤調整	20:00(75) 祐美子 AGストレッチ		
31							
10:30(70) 真依子 ピギナース							
13:00(70) 里美 ピラティス							
20:20(75) 祐美子 Rest							

【GLF ヨガの華 紹介キャンペーン】

ご家族
友人も

《紹介された新規入会者》

★2ヶ月間/新規入会割引 +

4ヶ月間/10%OFF = 6ヶ月間OFF

(初月 会費 + 翌月、翌々月 月会費半額割引適用 + 4ヶ月間10%割引)
※ただし、新規入会者は4ヶ月退会制限付

会員様も

《紹介した会員様へ!!》

★6ヶ月間→月会費10%OFF

お一人紹介するたび割引期間6ヶ月ずつ延長



紹介すれば
紹介するほど
お得に!!

TEL : 0569-58-4568



4月

スケジュールは

3月15日(土)

9:00

スタート