

【2017年5月】

feel so happy Vivo Bearsi 豊中店

5月 スクールスケジュール

休館日	1日、2日、3日
祝日営業	4日、5日

時間	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日		時間
	ホットスタジオA	ホットスタジオB	ホットスタジオA	ホットスタジオB	ホットスタジオA	ホットスタジオB	ホットスタジオA	ホットスタジオB	ホットスタジオA	ホットスタジオB	ホットスタジオA	ホットスタジオB	ホットスタジオA	ホットスタジオB	
10:00	<p>8日&22日 10名</p> <p>レッスン開始5分以降は入室できません。室内シューズが必要なクラスは、必要です!! 常温クラスは、上着またはブランケットを持参し体温調整しましょう。</p>														10:00
11:00	10:30~11:30 筋膜リリース ビューティーヨガ 【常温】山下	10:30~11:30 Bodyコンディ ショニングホットヨガ 南野(千)★★			10:30~11:30 アクティブ ホットヨガ Mai★★★	10:30~11:30 骨盤調整 ホットヨガ 林	10:30~11:30 リフレッシュアロマ ホットヨガ Na o		10:30~11:30 ホット ピラティス Tae★★		10:30~11:30 ホットハタヨガ ストレッチ 飯干★★	10:30~11:30 ホットきれいヨガ	10:30~11:30 リラックス心地 ホットヨガ 松山	10:30~11:30 パワーホットヨガ (English&日本語) Mia★★★	11:00
12:00	11:00~12:00 リフレッシュ ホットヨガ 飯干	お試し実施中 HOT room		11:00~12:00 リラックス・フロ アホットヨガ JONA	12:00~12:40 JOYBEAT サーキットトレ ニングチャレンジ		4日&18日		11:30~12:30 デトックス ホットヨガ Maki★★		Yuko	お試し実施中 HOT room		12:00	
13:00	JOYBEAT 13:00~13:40 サーキット トレーニング40		12:30~13:30 はじめての陰ヨガ 【常温】Nory		13:00~13:50 肩こり腰痛ヨー ガ(姿勢改善)		13:00~14:00 スタイルアップ エクササイズ 【常温】山下		13:00~13:30 JOYBEAT 美しいくびれ 13:30~14:00 コアエクササイズ		12:30~13:30 美活力UP↑↑ ホットカキラ	13日&27日 森			13:00
14:00	14:00~15:00 ベーシック ホットヨガ 沖田	14:00~15:00 スタイルアップ ホットヨガ Nory★★		14:00~15:00 脂肪燃焼 ホットカキラ 南野(智)	10日&24日	14:30~15:30 ベーシック ホットヨガII 浅田★★		14:00~15:00 機能改善 ホットカキラ 西山★★		14:00~15:00 体質改善デトックス ホットヨガ KAORI★★		14:00~15:00 セルフケア ホットヨガ 沖田	JOYBEAT	14:00	
15:00		JOYBEAT		15:00~16:00 しなやかbody ハレエクササイズ 【常温】KAORU	◆JOYBEAT参加で1日1ポイント! 10ポイント集めてタオルGet ◆付いているJOYBEATは、シューズ又は裸足				15:00~15:40 サーキットレ チャレンジ		15:00~15:30 スラッと下半身 15:30~16:00 モデル体型		JOYBEAT	15:00	
16:00	16:00~16:50 リラックス② コア ヨガポーズ	JOYBEAT 16:30~17:00 美しいくびれ		JOYBEAT		16:30~17:20 肩こり腰痛 ヨー ガ(姿勢改善)		16:30~17:30 筋膜リリース ビューティー 【常温】山下	12日&26日 10名限定	16:00~17:00 ヒーリングホット ハタヨガ 吉識	JOYBEAT	16:00~17:00 シェイプアップ ホットヨガ 梶原★★	JOYBEAT	16:00	
17:00	17:00~17:30 スピリチュアル ヨー ガ	17:00~17:30 スラッと下半身		17:00~17:50 肩こり腰痛 ヨー ガ(バランス調整)		17:00~18:30 むくみ冷え解 消		18:00~18:50 肩こり腰痛 ヨー ガ(姿勢改善)		17:00~17:30 美しいくびれ 17:30~18:00 むくみ冷え解 消		癒しのヨー ガ (シェイプ)		17:00	
18:00		18:00~18:30 癒しのヨー ガシェイ プ		18:45~19:45 アクティブ ホット ヨー ガ Mai★★★		19:00~20:00 ディープヒー リング ホット ヨー ガ 中島		18:45~19:45 HOT ゆったり夜 ヨー ガ JONA	4日 15:00~16:00 Aスタジオ	5日 14:30~15:30	19:00~20:00 ホットリン パ ヨー ガ 淵上	スクールスケジュールの見方 営業時間		18:00	
19:00	19:00~20:00 アロマホット ヨー ガ ★★ Yuko			19:00~21:00 ベーシック フロ ア ヨー ガ Mai		20:00~21:00 ホット フリースタ イル ヨー ガ 吹田★★		20:00~21:00 シェイプ ア ッ プ ホ ッ ト カ キ ラ 森★★	4日 16:30~17:30	5日 16:30~17:30	20:00~21:00 スタイル ア ッ プ ホ ッ ト ヨー ガ 沖田★★	時間 19:30~20:30	月~金 10時~22時	19:00	
20:00	20:00~21:00 骨盤調整 ホット ヨー ガ Emi										レッスン名 ホット ヨー ガ	土・日・祝 10時~19時	20:00		
21:00											初めの方に おすすめ 常温	インストラク ター 豊中	HP「bearsi豊中」で検索 ブログもやってます! 代行・休講は、ボード・HPで ご確認ください。Web予約 できます!	21:00	

- プログラム開始5分後の入場、レッスン開始後の途中退場は出来ませんのでご了承ください。万が一、体調がすぐれない場合は、スタッフまで声をかけください。
- 欠席をされる場合は事前に連絡をお願いします。連絡なしでの欠席は出席とカウントし、振替ができません。無断欠勤が3回続きますと、当日予約のみに制限致します!!
- クラス参加時は、必ず飲み物をお持ちください。(推奨500~1,000ml) お持ちでない方は参加をすることができません。水素水会員募集中!
- インストラクターの都合により、プログラムの変更や担当者の変更がある場合がございます。予めご了承ください。
- 振替は、当月内に限ります。休館日、祝日営業をお確かめの上、ご予約をお取りください。
- 予約制限は一度に2個までとなります。(ライト・レギュラー・プラチナ)
- 翌月の予約は、前月の20日から承ります。

