

【2017年8月】

feel so happy Vivo Bearsi 豊中店



# 8月 スクールスケジュール



休館日	15日、16日、17日
祝日営業	11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	8月より、レッスン開始後の入室はお断りさせていただきます。余裕を持ってご来館下さい。														10:00
11:00	期間限定 11:00~12:00 インナービューティー ホットヨガ 山下		10:30~11:30 Bodyコンディ ショニングホットヨガ 南野(千)★★		11:00~12:00 リラックス・フロ アホットヨガ JONA	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		11日 Bスタジオ 11:00~12:00 デトックス ホットヨガ Maki★★	10:30~11:30 アロマ リラックスヨガ 【常温】Naο	10:30~11:30 ホットきれいヨガ Yuko	期間限定 11:00~12:00 ホットハタヨガ 南野(智)★★	10:30~11:30 リラックス心地 ホットヨガ 松山	11:00~12:00 スタイルアップ ホットヨガ 沖田★★	11:00
12:00				11:45~12:45 ベリーダンス Belly Dance 【常温】AKEMI				11:30~12:30 リラックス② コア ヨガポーズ							12:00
13:00										13:00~13:40 サーキットトレ ニングチャレンジ					13:00
14:00	14:00~15:00 脂肪燃焼 ホットカキラ 南野(智)★★★		14:00~15:00 スタイルアップ ホットヨガ Nory★★		14:30~15:30 BURN(バーン) ホットヨガ KAORU★★		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		14:00
15:00															15:00
16:00	JOYBEAT 16:00~16:40 サーキットトレ ニングチャレンジ			16:00~17:00 アロマで陰ヨガ 1日&22日 【常温】Nory			15:30~16:30 ハレエクササイズ 【常温】荒木			11日 & 25日 10名限定		9月~講師変更			16:00
17:00				JOYBEAT 17:30~18:00 ポディリフレッシュ			JOYBEAT 17:30~18:00 美しいくびれ		16:30~17:00 ポディリフレッシュ	16:00~17:00 筋膜リセット ビューティーヨガ 【常温】山下	16:00~17:00 ヒーリングホット ハタヨガ 吉識	JOYBEAT 17:00~17:50 肩こり腰痛ヨー ガ(バランス調整)	JOYBEAT 16:00~17:00 シェイプアップ ホットヨガ 梶原★★	JOYBEAT 17:00~17:50 リラックス② コア ヨガポーズ	17:00
18:00				18:00~18:30 スピリチュアルヨー ガ			18:00~18:30 むくみ冷え解消								18:00
19:00			18:45~19:45 アクティブ ホットヨガ Mai★★★		19:00~20:00 ディープヒーリン グ ホットヨガ 中島			18:45~19:45 HOT ゆったり夜ヨガ JONA	19:00~20:00 ホットリンパ ヨガ 淵上	11日 10:30~					19:00
20:00	20:00~21:00 骨盤調整 ホットヨガ Emi		20:00~21:00 ベーシックフロ アホットヨガ Mai		20:00~21:00 ホット フリースタイル ヨガ 吹田★★		20:00~21:00 シェイプアップ ホットカキラ 森★★			11日 17:00~					20:00
21:00															21:00

- プログラム開始後の入場、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、スタッフまでお声かけください。
- 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をす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) ホットクラスの受講制限は1日2本までとなります。
- 翌月の予約は、前月の20日から承ります。

スクールスケジュールの見方		営業時間	
時間	19:30~20:30	月~金	10時~22時
レッスン名	ホットヨガ	土・日・祝	10時~19時
インストラクター	豊中		
初めての方におすすめ			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！
常温	奪さない温度のクラス		

