

【2018年11月～2019年3月】

feel so happy Vivo Bearsi 豊中店



# スクールスケジュール



休館日	年間スケジュール
祝日営業 Joybeat	館内掲示、HP

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	
	溶岩スタジオ	ホットスタジオ	溶岩スタジオ	ホットスタジオ	溶岩スタジオ	ホットスタジオ	溶岩スタジオ	ホットスタジオ	溶岩スタジオ	ホットスタジオ	溶岩スタジオ	ホットスタジオ	溶岩スタジオ	ホットスタジオ		
10:00	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	11:00~12:00 ビューティー ホットヨガ 山口		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 溶岩癒	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 Etsu		10:30~11:30 溶岩癒	10:30~11:30 アロマ リラクソスヨガ 【常温】Nao	10:30~11:30 溶岩癒	10:30~11:30 第1・3週目 ベースヨガ 【常温】ゆうこ★ 第2・4週目 ピラティス 【常温】Ayaka★	10:30~11:30 やさしい インドヨガ Shoko		11:00	
12:00	清掃終わり次第入室OK		12:00~13:00 溶岩癒	11:45~12:45 ベリーダンス Belly Dance 【常温】AKEMI	11:45~12:45 リフレッシュヨガ 飯干		11:45~12:45 ストレッチヨガ 【低温】Mei		12:00~13:00 溶岩癒	11:45~12:45 デトックス ホットヨガ Mei★★		11:45~12:45 寝たまま らくらくヨガ 山口	12:00~13:00 溶岩癒	11:45~12:45 スタイルアップ ホットヨガ 【低温】沖田★★	12:00	
13:00	12:30~13:30 溶岩癒	12:30~13:30 初めてのゆっくり ヨガ 【常温】野口	13:00~14:00 溶岩癒	13:00~13:30 JOYBEAT	13:00~14:00 溶岩癒	13:00~13:30 JOYBEAT	13:00~14:00 溶岩癒	13:00~13:30 JOYBEAT	13:00~13:30 JOYBEAT	13:00~13:30 JOYBEAT	13:00~14:00 溶岩癒				13:00	
14:00	14:00~15:00 リフレッシュ ヨガ 野口★		14:00~15:00 溶岩癒	14:00~15:00 アーユル ヴェーディックヨガ 【低温】ゆうこ★★	14:30~15:30 美活カアップ ホットカキラ 森★	靴下を ご持参下さい	14:00~15:00 溶岩癒	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★			13:30~14:30 第1・3週目 アナトミック骨盤ヨガ 【低温】Hanako★ 第2・4週目 調整ヨガ 【低温】Kazumi★	13:30~14:30 セルフケア ホットヨガ 沖田		14:00	
15:00	清掃終わり次第入室OK	15:15~15:45 JOYBEAT	15:30~16:30 溶岩癒		15:40~16:40 溶岩癒		15:30~16:30 溶岩癒		15:30~16:30 溶岩癒	15:30~16:30 清掃終わり次第入室OK		14:45~15:45 溶岩癒	14:45~15:45 体質改善デトックス ホットヨガ 【低温】安芸★★★	14:45~15:45 溶岩癒	15:00~16:00 美・ポディーヨガ 【低温】廣田★	15:00
16:00	16:30~17:30 溶岩癒		16:30~17:30 溶岩癒	16:00~17:00 陰ヨガ 【常温】Yuko	16:00~17:00 溶岩癒	16:00~17:00 ハレエクスサイズ 【常温】荒木	16:30~17:30 溶岩癒		16:30~17:30 溶岩癒				16:00~17:00 ヒーリングホット ハタヨガ 安芸★	16:00~17:00 やさしいインド ヨガ+1 Ami★		16:00
17:00	17:00~17:30 JOYBEAT		17:00~17:30 JOYBEAT	17:00~17:30 JOYBEAT		17:00~17:30 JOYBEAT	17:00~17:30 JOYBEAT	17:00~17:30 JOYBEAT	17:00~17:30 JOYBEAT	17:00~17:30 JOYBEAT	17:00~17:30 JOYBEAT	17:00~17:30 JOYBEAT	17:00~17:30 JOYBEAT	17:00~17:30 JOYBEAT	17:00~17:30 JOYBEAT	17:00
18:00	17:30~18:30 溶岩癒		17:30~18:30 溶岩癒		17:30~18:30 溶岩癒		17:30~18:30 溶岩癒		17:30~18:30 溶岩癒			17:30~18:30 溶岩癒		17:30~18:30 溶岩癒	17:30~18:30 講師変更 溶岩癒	18:00
19:00	18:45~19:45 美腸ヨガ 阿部★★	18:45~19:45 アロマリラクソ スホットヨガ 【低温】Yuko	18:45~19:45 アクティブ ホットヨガ Mai★★★	18:45~19:45 ピラティス 清水★	18:45~19:45 ストレッチヨガ 澁川	19:30~20:30 きれいな ヨガ 【低温】Yuko	18:45~19:45 HOT ゆったり夜ヨガ Tae★	19:30~20:30 はじめてヨガ	18:45~19:45 チャレンジ フローホットヨガ Etsu★	19:30~20:30 スタイルアップ ホットヨガ 沖田★★	スクールスケジュールの見方 営業時間				19:00	
20:00	20:00~21:00 溶岩癒	20:00~21:00 美脚・美尻ヨガ 【常温】阿部★★★	20:00~21:00 ベーシックフロ ーホットヨガ Mai		20:00~21:00 リラックス ホットヨガ 澁川★		20:00~21:00 シェイプアップ ホットカキラ 森★	20:00~21:00 三谷	20:00~21:00 全身スッキリ!ホット 肩甲骨ヨガ Etsu		時間	19:30~20:30	月~金	10時~22時	20:00	
21:00											レッスン名	ホットヨガ	土・日・祝	10時~19時	21:00	
											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 プログラムもやっています! 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	寒すぎない温度のクラス				

- 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ご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! 入会から2ヵ月無料
- 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。
- 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。 ※ Bスタジオは18名定員です
- 溶岩癒は、1ヶ月に入る方は1ヶ月前15分と、溶岩石スタジオが空いている時間にご利用頂けます。予約をされた方優先です。1日1人1回1時間・終了時間を守ってご利用下さいますようお願い致します。
- 翌月の予約は、前月の20日から承ります。

