

5月 Addict静岡店レッスンスケジュール

代行情報は裏面をご確認下さい 5/3~5はお休みとさせていただきます
 ドアクローズ 月~土 16:30 / 日 定休日 厳守でお願い致します

		ヨガ初級	ヨガ初中級	ヨガ中級	ヨガ上級	ピラティス・コア	有酸素								
		月		火		水		木		金		土		日	
		常温スタジオ	HOTスタジオ	常温スタジオ	HOTスタジオ	常温スタジオ	HOTスタジオ	常温スタジオ	HOTスタジオ	常温スタジオ	HOTスタジオ	常温スタジオ	HOTスタジオ		
9					9:15-10:15 Slow Flow Emi.S				9:15-10:15 深めるヨガ Yumi.K	9:15-10:15 Slow Flow Emi.S		9:15-10:15 ダイナミックFlow Emi.S		9:15-10:15 Beginner Hiro	9
10								10:15-11:15 Pilates Mitsue							10
11			11:00-12:00 コアフロー Yumi.K		11:00-12:00 Flow Emi.S					11:00-12:00 【初級~中級】ピ ギナーズヨガ Eriko.M		11:00-12:00 Relax Emi.S	(5/12.19) 11:00-12:00 Let's Jump!! naoco		11
12							定休日								12
13		13:00-14:00 【初級】 身体整えヨガ Yumi		13:00-14:00 心身 バランスヨガ Eriko.M				13:00-14:00 リフレッシュアロ マヨガ Shima.H		13:00-14:00 Flow shinoda	13:00-14:00 【中級】ハタヨガ Emi.S			(5/12) 13:00-14:00 ヒップアップFlow ヨガ shinoda	13
14														(5/19) 13:15-14:15 ベーシックFlow Midori	14
15														(5/26) 13:00-14:00 美尻 トレーニング ERIKA	15
16			ドアクローズ		ドアクローズ		ドアクローズ		ドアクローズ		ドアクローズ		ドアクローズ		16

Hot Yoga & Studio Addict
 静岡市葵区長沼2丁目15-8 2F
 TEL : 054-267-2108
 mail : shizuoka@addict-yoga.com

【代行のご案内】

5月 Addict静岡店レッスンスケジュール

日付	時間	レッスン内容	担当者	⇒	時間	レッスン内容	担当者

【休講のご案内】

日付	時間	レッスン内容	担当者
5月9日 木	13:00-14:00	HOT リフレッシュアロマヨガ	Shima.H
5月26日 日	13:00-14:00	常温 Let's Jump!!	naoco
5月30日 木	11:00-12:00	常温 Pilates	Mitsue

【駐車場のご案内】

・数に限りがありますのでレッスン終了後は速やかに移動をお願いします

ご不明点につきましては、お近くのスタッフかフロントまでお声がけ下さい。ご案内いたします。

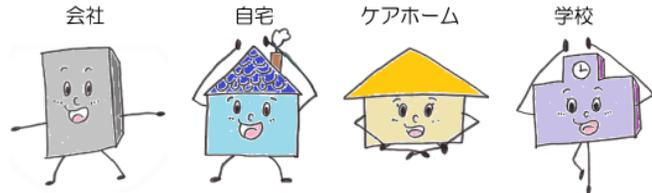
【携帯電話のご利用につきまして】

※スタジオ内での携帯のご利用はご遠慮ください。

※ジムエリアでの携帯電話につきましては、「撮影」「通話」をご遠慮いただいております。

「出張ヨガ」って知ってる？

アディクト富士店で
絶賛受付中！



アディクト富士店では「出張ヨガ」を行っており、会社・学校・自宅・ケアホームなどの施設へ行きヨガレッスンを提供しております。

詳しくは、▶▶▶

アディクト富士店

検索