



# 11月 Addict富士店レッスンスケジュール

※代行・休講情報は裏面をご確認ください。

ヨガ初級		ヨガ初級～中級		ヨガ中級		ヨガ上級		ヨガオールクラス		ピラティス		ヨガ以外		要室内用シューズ		バーチャル			
月(6.13.20.27)		火(7.14.21.28)		水(1.8.15.22.29)		木		金(3.10.17.24)		土(4.11.18.25)		日(5.12.19.26)							
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	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 ボディメイク ヨガ Nori		9:15-10:15 朝ヨガ rio		9:15-10:15 朝ヨガ rio	休館日			9:15-10:15 朝ヨガ Yumi		9:15-10:15 朝ヨガ Nori		9:15-10:15 朝ヨガ Tomoko.M	9					
10	10:30-11:30 ジェントルFlow IZUMI		10:30-11:30 フリーヨガ Chisato.S		10:30-11:30 ハタヨガ Emi				10:30-11:30 ベーシック ピラティス Ann		10:30-11:30 パワーヨガ rio		10:30-11:30 11/5.19 Let's Jump!!! 11/12 美筋トレーニング Shoko.W			10			
11			11:45-12:45 ハタヨガ IZUMI		11:45-12:45 ベーシック フロー Natsuki				11:45-12:45 ダイナミック フロー Emi		11:45-12:45 ダイエットヨガ rio				11:45-12:45 Easy Flow Nori	11			
12																12			
13	13:15-14:15 美尻 トレーニング rio		13:15-14:15 Let's Jump!!! ERIKA		13:15-14:15 Let's Jump!!! Shoko.W						13:15-14:00 ZUMBA® KANTA		13:15-14:15 プレスヨガ rio		13:15-14:15 Mind Flow Emi	13			
14			14:30-15:30 美尻 トレーニング ERIKA						14:30-15:30 アロマヨガ rio				14:30-15:20 Fight-The ボクササイズ &体幹 Toshiyuki.N			14			14:30-15:30 ダイナミック フロー Emi
15																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	16			ドアクローズ		

上記すべてのレッスンで体験レッスンが受講できます。	
	女性限定のプログラムです。
	室内用シューズが必要なプログラムです。

     ... 週代わりレッスンになります。  
日程をご確認ください。

Addict富士店  
〒416-0952 静岡県富士市青葉町590番地  
TEL; 0545-32-8885  
mail; fuji@addict-yoga.com

## 【代行のご案内】

11月 Addict富士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		
11月7日	火	10:30-11:30	常温	【初級~中級】	フリーヨガ	Chisato.S	⇒	10:30-11:30	【中級】	パワーヨガ	rio
11月26日	日	10:30-11:30	常温		美尻トレーニング	Shoko.W	⇒	10:30-11:30		美尻トレーニング	rio
11月28日	火	10:30-11:30	常温	【初級~中級】	フリーヨガ	Chisato.S	⇒	10:30-11:30	【中級】	パワーヨガ	rio

## 【休講のご案内】

日付	時間	レッスン内容		担当者

## 【駐車場のご案内】

・第1駐車場が満車の際は第3駐車場をご利用ください。  
 駐車場のご案内図につきましては、フロントにて掲示させていただきます。  
 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。

## 【ジムエリアからのご案内】

※マシンの使用方法などご不明な点があれば、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。

※ジムエリアのご利用は営業終了30分前です。  
 何卒ご了承下さいますようお願い申し上げます。

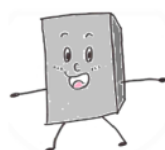
## 【携帯電話のご利用につきまして】

※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。

アディクト富士店で  
 絶賛受付中!

「出張ヨガ」って  
 知ってる?

会社



自宅



ケアホーム



学校



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