

11月 Addict静岡店レッスンスケジュール

営業時間 9:00~16:30 日曜定休日

	ヨガ初級		ヨガ初中級		ヨガ中級		ヨガ中上級		ヨガ上級		ピラティス・コア		有酸素		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	常温スタジオ	HOTスタジオ	
9		9:15-10:15 【中級】ベーシック クヨガ Yumi		9:15-10:15 Slow Flow Emi.S		9:15-10:15 HATHA Flow IZUMI		9:15-10:15 深めるヨガ Yumi		9:15-10:15 Slow Flow Emi.S		9:15-10:15 ダイナミックFlow Emi.S			9
10															10
11		11:00-12:00 コアフロー Yumi		11:00-12:00 【中上級】Flow Emi.S		11:00-12:00 HATHA Basic IZUMI	11:00-12:00 Pilates Mitsue		11:00-12:00 【初級~中級】ピ ギナーズヨガ Eriko.M			11:00-12:00 Relax Emi.S			11
12															12
13	13:00-14:00 Self Love Yoga Mitsuki.S		13:00-14:00 心身Balance Yoga Eriko.M		13:00-14:00 Let's Jump!! NAOKO						13:00-14:00 【中級】Flow Emi.S				13
14															14
15							14:45-15:45 リフレッシュアロ マヨガ Shima.H					14:45-15:45 Strech Yoga Mitsuki.S			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		ドアクローズ	16

休館日

Hot Yoga & Studio Addict
 静岡市葵区長沼2丁目15-8 2F
 TEL : 054-267-2107
 mail : shizuoka@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

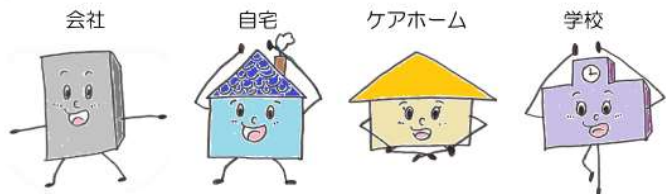
日付		時間	レッスン内容			担当者	⇒	時間	レッスン内容		担当者
11月14日	火	13:00-14:00	常温	【中級】	心身Balance Yoga	Eriko.M	⇒	13:00-14:00	常温	【初級～中級】ビギナーズヨガ	Emi.S

【休講のご案内】

日付		時間	レッスン内容			担当者
11月16日	木	11:00-12:00	常温		Pilates	Mitsue
11月25日	土	14:45-15:45	常温	【中級】	Strech Yoga	Mitsuki.S

アディクト富士店で
総賛受付中!

「出張ヨガ」って
知ってる?



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、▶▶▶

【駐車場のご案内】

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。

【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。