Let's Challenge 11月

あなたのカラダが楽しく変わる

初回体験実施中！！

（税込価格）

ヨガ　１レッスン	・・・¥１，１００
エアリアルヨガ　１レッスン	・・・¥１，６５０
ゴルフレッスン60分	・・・¥２，７５０
パーソナルトレーニング60分	・・・¥３，８５０
パーソナルトレーニング30分	・・・¥２，２２０

ソルトスパ（岩塩浴）は上記のメニューと組み合わせていただければ60分 ¥1,000でご利用できます。
（※スパのみご利用の場合は初回60分¥1,320です。）

パーソナルトレーニングはトレーナーとのマンツーマンとなります。体のお悩み部分や体力に合わせ自分のペースで体を動かすことができます。

ソルトスパを
組み合わせるとお得!!
ＤＥＴＯＸ効果も倍増↑

スタジオジョーティー
富士宮市豊町19-27
tel;0544-21-0515

Facebook　Ｌｉｎｅ@　ホームページ

Line@はじめました。
お得な情報配信中
お友達登録お願いします

11月　ヨガ教室スケジュール

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
9:30-10:30 ハタヨガ ★★☆☆☆ 60min Yumi	9:30-10:30 11/5　SLOW-FLOW YOGA ★★☆☆☆ 11/12.19.26 ハタアロマヨガ SAO	9:30-10:30 エアリアルヨガ ★☆☆☆☆ 60min	9:30-10:30 ハタヨガ ★★☆☆☆ 60min	10:30-11:30 リラックスヨガ ★☆☆☆☆ 60min	9:30-10:30 経絡ヨガ ★★☆☆☆ 60min	9:30-10:30 エアリアルヨガ ★☆☆☆☆ 60min
15:30-16:30 ホネナビ®×ヨガ ★☆☆☆☆ 60min	13:30-14:30 ハタヨガ ★★☆☆☆ 60min	14:00-15:00 ハタヨガ ★★☆☆☆ 60min Takane	13:30-14:30 ヴィンヤサフローヨガ ★★★☆☆ 60min	13:00-14:00 骨盤調整ヨガ ★★★☆☆ 60min yukari	12:00-13:00 ヴィンヤサフローヨガ ★★★☆☆ 60min	11:00-12:00 パワーヨガ ★★★★☆ 60min
18:00-19:00 経絡ヨガ ★★☆☆☆ 60min	18:30-19:30 ハタアロマヨガ ★★☆☆☆ 60min Michiyo	18:30-19:45 アシュタンガヨガ ★★★★★ 75min hitomi	18:30-19:30 ハタヨガ ★★☆☆☆ 60min	19:00-20:00 リラックスヨガ ★☆☆☆☆ 60min Asuka	18:30-19:30 ハタヨガ ★★☆☆☆ 60min	14:30-15:30 ハタアロマヨガ ★★☆☆☆ 60min
19:30-20:30 11/4.18 陰ヨガ 11/11,25 たまごヨガ ★★☆☆☆ 60min MEGU	20:00-21:00 エアリアルヨガ ★★★☆☆ 60min	20:00-21:00 陰陽ヨガ ★★☆☆☆ 60min MEGU	20:00-21:00 パワーヨガ ★★★★☆ 60min		20:00-21:00 エアリアルヨガ ★★★☆☆ 60min	

難易度・運動量指数
易　★☆☆☆☆　低
↓　★★☆☆☆　↓
↓　★★★☆☆　↓
↓　★★★★☆　↓
難　★★★★★　高

教室からのお知らせ

11/1(金)19:00-20:00　リラックスヨガ Michiyo先生代行
11/9(土)12:00-13:00　ヴィンヤサフローヨガ休講
11/13(水)20:00-21:00　陰陽ヨガ休講
11/15(金)19:00-20:00　リラックスヨガMichiyo先生代行
11/24(日)9:30-10:30　エアリアルヨガ休講
11/24(日)11:00-12:00　パワーヨガ休講
11/24(日)14:30-25:30　ハタアロマヨガMichiyo先生代行
11/29(金)19:00-20:00　リラックスヨガMichiyo先生代行

休館日・その他のお知らせ

■11/14(木)メンテナンス休館日
■11/6(水).26(火)　井出の試合のため不在となります。