

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				
月(3.10.17.24)		火(4.11.18.25)		水(5.12.19.26)		木(休館日)		金(7.14.21.28)		土(1.8.15.22.29)		日(2.9.16.23.30)						
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	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 【初級】朝ヨガ Nanako			9:15-10:15 【初級～中級】 朝ヨガ Tomoko										
10			10:30-11:30 簡単！ Shapeup エクササイズ Nori		10:30-11:30 ハタヨガ Emi.S			(11/5.19) 10:30-11:15 BODYMAKE YUKA										
11						11:45-12:45 ダイナミック フロー Emi.S		(11/12.26) 10:30-11:30 Flow Yumi		(11/5.19) 11:30-12:15 リング ピラティス YUKA								
12										(11/12.26) 11:45-12:45 Basic Yumi								
13	13:15-14:15 パワーヨガ rio		13:00-14:00 パレエ ストレッチ Ai					13:15-14:15 Let's Jump!! Shoko.W										
14			14:30-15:30 リフレッシュ ヨガ rio			14:15-15:15 リラックス フロー Natsuki												
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		ドアクローズ

休館日

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。

Addict富士店

〒416-0952 静岡県富士市青葉町590番地

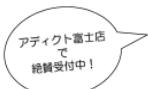
TEL: 0545-32-8885

【代行のご案内】 11月 Addict富士店レッスンスケジュール

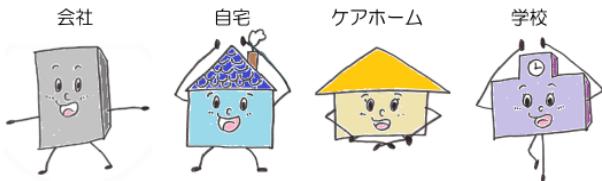
日付	時間	レッスン内容			担当者	⇒	時間	レッスン内容			担当者
11月24日 月	13:15-14:15	常温	中級	パワーヨガ	rio	⇒	13:15-14:15	中級	パワーヨガ		Yumi
11月24日 月	14:30-15:30	HOT	初級	リフレッシュヨガ	rio	⇒	14:30-15:30	初級	リフレッシュヨガ		Yumi
11月29日 土	9:15-10:15	HOT	初級	朝ヨガ	Nori	⇒	9:15-10:15	初級	朝ヨガ		Nanako
						⇒					

【休講のご案内】

日付	時間	レッスン内容			担当者
11月25日 火	13:00-14:00	常温		バレエストレッチ	Ai
11月30日 日	11:45-12:45	HOT	初級～中級	Easy Flow	Nori



**「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、▷▷▷

アディクト富士店

検索



【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
いただいております。
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。

※ジムエリアと嵐の湯のご利用は営業終了30分前です。
何卒ご了承下さい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。