

# 12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

ドアクローズ 月～土 16:30 / 水曜日 定休日 厳守をお願い致します

ヨガ初級		ヨガ初中級		ヨガ中級		ヨガ上級		トレーニング		ドアクローズ 月～土 16:30 / 水曜日 定休日 厳守でお願い致します									
月(1.8.15.22.29)		火(2.9.16.23)		水(休館日)		木(4.11.18.25)		金(5.12.19.26)		土(6.13.20.27)		日(7.14.21.28)							
9						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		9:15-10:00 Deep Breath Mariko		9					
10														10					
11		11:00-12:00 コアフロー Yumi.K						11:00-12:00 Mind Flow Emi.S		11:00-12:00 Relax Emi.S				11					
12														12					
13		13:00-14:00 【初級】 身体整えヨガ Yumi.K		13:30-14:30 ベーシック ヨガフロー Yumi.K		13:00-14:00 リフレッシュ アロマヨガ Shima.H		13:00-14:00 Flow Emi.S		13:00-14:00 【中級】 ハタヨガ Emi.S				13					
14														14					
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					

12月30日(火)、31日(水)は休館日とさせていただきます。

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】 12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
12月2日	火	13:30	14:30	HOT	ベーシックヨガフロー	Yumi. K	➡	13:30-14:15	HOT	ベーシックヨガフロー	Mariko

## 【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】

・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電話による「撮影」「通話」はご遠慮ください。  
 ご理解ご了承のほどお願いいたします。

「出張ヨガ」って知ってる？

アディクト富士店で  
随時受付中！

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、▶▶▶