

	月	火	水	木	金	土	日
10:00							
10:30							
11:00	ハタ リフレッシュヨガ Beaura Style 10:45~11:45 馬場真澄	ヘルウ イストレッチ 〔骨盤調整〕 10:30~11:30 M I C O	ハタ ヴィンヤサヨガ I Beaura Style 10:45~11:45 根津麻希子	ハタ リフレッシュヨガ Beaura Style 10:30~11:30 沖田裕子	ハタ ヴィンヤサヨガ I Beaura Style 10:45~11:45 新井紀子	ハタ リフレッシュヨガ Beaura Style 11:00~12:00 ワカバ	ハタ ヴィンヤサヨガ I Beaura Style 11:00~12:00
11:30							【12月全日開講】 講師は下段ご案内 をご確認ください。
12:00							
12:30							
13:00	ハタ ヴィンヤサヨガ I Beaura Style 12:45~13:45 中西郁代	ハタ ヴィンヤサヨガ Fit Style Basic 12:30~13:30 赤沼直美	ヘルウ イストレッチ 〔骨盤調整〕 12:45~13:45 井出淳子	マタニティヨガ 12:15~13:45 沖田裕子	ハタ リフレッシュヨガ Beaura Style 12:30~13:30 澤田麻未	ハタ ヴィンヤサヨガ I Beaura Style 13:00~14:00 吉橋扶実子	アシタノカ - ヨガ ハーフ ライマリ 12:30~14:00 フミエ
13:30							
14:00							
14:30		ハタ ヴィンヤサヨガ II Beaura Style 14:15~15:15 岡幸代					
15:00	アシタノカ - ヨガ ハーフ ライマリ 14:30~16:00 つぐみ			ハタ ヴィンヤサヨガ I Beaura Style 14:30~15:30 小野寺紀恵	ハタ ヴィンヤサヨガ II Beaura Style 14:30~15:30 吉橋扶実子		ハタ ヴィンヤサヨガ II Beaura Style 14:45~15:45 岡幸代
15:30			バレエ 基礎 14:45~16:15 中野英子			バレエ 初級 14:45~16:15 中野英子	
16:00							
16:30	<b>【会員の皆様へ予約に関するご案内】</b> ・予約キャンセルの場合は、事前の連絡又はWebのキャンセル処理をお願いします。 ・事前のご連絡又はWebのキャンセル処理なく、クラス参加が無い場合は、以降の事前予約を承れなくなる場合がございます。 ・不確定なご予約はご遠慮ください。						ハタ リフレッシュヨガ Beaura Style 岡幸代 16:30~17:30
17:00	<b>【予約が定員に達したクラスについて】</b> ・予約が定員になった場合は、クラス当日の営業開始時よりキャンセル待ちを承っております。空きが出次第、ご連絡いたします。お電話にてお申し付けください。						ヨガスクール イベントレッスン 〔不定期開催〕 <small>※詳細は館内、ホームページの ご案内をご確認ください。</small>
17:30							
18:00							
18:30							
19:00	ハタ リフレッシュヨガ Beaura Style 19:00~20:00 赤沼直美	ハタ ヴィンヤサヨガ I Beaura Style 18:45~19:45 澤田麻未	ヘルウ イストレッチ 〔骨盤調整〕 18:45~19:45 M I C O	アシタノカ - ヨガ ハーフ ライマリ 18:45~20:15 もも	ハタ ヴィンヤサヨガ I Beaura Style 18:45~19:45 岡幸代	<b>Studio Beaura Daikanyama</b> 03-5459-5751  <b>【営業時間】</b> 平日 10:00~22:00 土日祝 10:00~19:00 定休 毎月20日  <b>【年末年始営業のご案内】</b> 年内 12/29(木)まで通常営業 新年 1/3(火)特別営業12時~18時 1/4(水)より通常営業	
19:30							
20:00							
20:30	ハタ ヴィンヤサヨガ II Beaura Style 20:30~21:30 赤沼直美	アシタノカ - ヨガ ハーフ ライマリ 20:15~21:45 あや	クリパル ヨガ 20:15~21:30 小澤登	ハタ ヴィンヤサヨガ I Beaura Style 20:45~21:45 宗宮宏次	ハタ ヴィンヤサヨガ Fit Style 20:15~21:30 赤沼直美		
21:00							
21:30							
22:00							

**【日曜午前レッスン講師のご案内】**

日時	クラス	担当
12/4(日)	ハタ ヴィンヤサヨガ I	増田加代子
12/11(日)	ハタ ヴィンヤサヨガ I	松木君代
12/18(日)	ハタ ヴィンヤサヨガ I	吉橋扶実子
12/25(日)	ハタ ヴィンヤサヨガ I	増田加代子

**ー・予約方法・ー**
**【お電話で予約（登録会員様、登録されていないお客様）】**

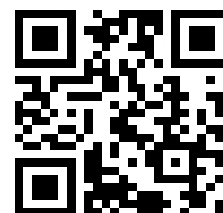
営業時間中、お電話にてご予約を承ります。

**【ホームページから予約（登録会員様のみ）】**

「TOPページ」⇒「レッスン予約」より、ご登録時の会員番号(下5桁)とパスワードを入力ログインの上、ご予約ください。

**【携帯電話よりご予約（登録会員様のみ）】**

QRコードから携帯電話専用予約サイトにアクセスいただき、ご登録時の会員番号(下5桁)と



QRコード