TIPNESS日本橋STYLE　2018.7.2～ SCHEDULE

6月18日更新

※7月 GRAND OPEN後のスタジオスケジュール予定です。
※クラス名称、実施時間や曜日については変更となる場合がございます。
※祝日など営業時間の異なる日についてはスケジュールが変更となります。
※予約制のレッスンは、i-tipnessでご登録で可能です。予約方法は入会時にご案内いたします。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	
7：00								7：00
15								15
30	予約制:20名	予約制:30名	予約制:20名	予約制:20名	予約制:30名			30
45	RECOVERY 7:30-7:50	朝YOGA45 7:30～8:15 yukko	TRX30 7:30-8:00	RECOVERY 7:30-7:50	朝YOGA45 7:30～8:15 TARUN			45
8：00								8：00
15								15
30								30
45								45
9：00								9：00
15								15
30								30
45								45
10：00								10:00
15								15
30								30
45								45
11:00	予約制:30名		予約制:30名	予約制:30名	予約制:30名			11:00
15	HATHA YOGA 60 11:00～12:00 大道 佳代子	太極拳 60 11:00～12:00 劉　清	RPB コントロール60 11:00～12:00 清美	ピラティス 11:00～12:00 杉崎　奈穂	HATHA YOGA 60 11:00～12:00 浦谷　美帆			15
30						予約制:30名		30
45						HATHA YOGA 60 11:30～12:30 吉橋　扶実子		45
12:00								12:00
15							マーシャル45 12:00～12:45	15
30	予約制:30名	予約制:30名		予約制:30名				30
45	RPB コントロール60 12:30～13:30 吉村　敏子	ピラティス 12:30～13:30 木下　憲子	調整中 12:30～13:30	HATHA YOGA 60 12:30～13:30 motomi	フラ60 12:30～13:30 野崎　夏子			45
13:00								13:00
15						予約制:30名	予約制:30名	15
30						CARDIO 13:15～13:45	WORKOUT 13:20～13:45	30
45								45
14:00		予約制:30名	予約制:30名		予約制:30名	予約制:30名	予約制:20名	14:00
15	LATIN SAMBA 14:00～15:00 YOKO	HATHA YOGA 60 14:00～15:00 小野寺　紀恵	バウエルセラピー YOGA 60 14:00～15:00	和舞踊 14:00～15:00 服部真湖	RPB コントロール60 14:00～15:00 進藤　仁美	WORKOUT 14:05～14:35	TRX30 14:05～14:35	15
30								30
45								45
15:00						予約制:20名		15:00
15						RECOVERY 15:00～15:20		15
30								30
45								45
16:00								16:00
15								15
30								30
45								45
17:00								17:00
15								15
30								30
45								45
18:00								18:00
15			予約制:20名		予約制:20名			15
30	予約制:30名		COMBAT 18:15～18:45	予約制:30名	TRX30 18:15～18:45			30
45	CARDIO 18:30～19:00	予約制:20名 RECOVERY 18:40～19:00		WORKOUT 18:30～19:00				45
19:00			予約制:30名		予約制:20名			19:00
15	予約制:20名		WORKOUT 19:05～19:35	予約制:30名	RECOVERY 19:05～19:25			15
30	COMBAT 19:20～19:50	予約制:20名 TRX30 19:20～19:50		HANUMAN　YOGA45 19:20～20:05 TARUN				30
45			予約制:20名		予約制:30名			45
20:00	予約制:30名		RECOVERY 19:55～20:15		WORKOUT 19:45～20:15			20:00
15	WORKOUT 20:05～20:35	予約制:30名 Core Power Yoga CPY45 20:10～20:55 藤野　尚美		予約制:30名				15
30			予約制:20名	CARDIO 20:25～20:55	予約制:20名			30
45			TRX30 20:35～21:05		COMBAT 20:35～21:05			45
21:00	予約制:20名							21:00
15	RECOVERY 20:55～21:15	予約制:20名 RECOVERY 21:15～21:35		予約制:20名 RECOVERY 21:15～21:35				15
30								30
45								45
22:00								22:00