

ティップネス丸の内スタイル店

※新型コロナウイルス対応のため特別スケジュール営業となっております。
※都合によりスケジュールや担当者は変更になる場合がございます。
※定員縮小のため通常営業時よりも参加人数に制限をさせていただきます。

※定期休館日：第二・第四日曜日

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日				
	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ				
06:45								06:45			
07:00								07:00			
15								15			
30	朝YOGA 7:15～8:15 岡 幸代				朝YOGA 7:15～8:15 yukko			15			
45		朝YOGA 7:30～8:15 沢田 益美	朝YOGA 7:30～8:15 小林 謙	朝YOGA 7:30～8:15 TARUN				30			
08:00									45		
15									08:00		
30								15			
45								30			
09:00								45			
15			1月からの変更箇所はピンク枠やオレンジ枠で掲載しております					09:00			
30								15			
45								30			
10:00								45			
15		バレエ ～初級～ 10:05～11:20 野田 香織						10:00			
30								15			
45								30			
11:00								45			
15	BtoBバランス60 11:00～12:00 浜田 亜希	予約	フラ 11:00～12:00 吉田 典子	BtoBバランス60 11:00～12:00 清美	Mat Pilates 11:00～12:00 渡辺 美沙	バレエ ～初級～ 10:35～11:35 野田 香織		11:00			
30											15
45		バレエ ～初級センターレッスン～ 11:30～12:00 野田 香織							予約		30
12:00										実施時間30分⇒60分変更	
15	予約	有料		予約		バレエ ～初級PLUSセンターレッスン～ 11:45～12:45 野田 香織		12:00			
30	時間変更		時間変更	時間変更	時間変更			15			
45	カーディオ ボディシェイプ 12:20～13:20 勝田 真有		REGO STRETCH 12:20～13:20 簗島 桂	CORE BALLET ～フロアストレッチ～ 12:20～13:20 Erica	BtoBバランス60 12:20～13:20 柄越 祥子		有料	30			
13:00		HATHA YOGA 12:30～13:30 林 ゆみ					時間変更	トータル シェイピング 12:25～13:10 藤野 愛理	45		
15			予約			SMCテクニック ～筋膜ケア～ 13:10～13:40 土田 祐太		13:00			
30								15			
45	時間変更	時間変更	時間変更	時間変更	時間変更		Mat Pilates 13:30～14:15 Takako	30			
14:00	HATHA YOGA 13:40～14:40 KAYOKO		パウエルセラピーYOGA 13:40～14:40 渡辺 美保	HATHA YOGA 13:40～14:40 勝田 真有	Fit Beat Yoga 13:40～14:40 Yulia	時間変更		45			
15		フラメンコ ～エモーショナル～ 13:50～14:50 杉山 愛梨				TRXトレーニング 14:00～14:45 土田 祐太		14:00			
30								15			
45				予約				30			
15:00	時間変更	時間変更	時間変更	時間変更	時間変更	予約	AROMA YOGA75 14:45～16:00 KAYOKO	45			
15						時間変更			15:00		
30	JAZZ HIP HOP 15:00～16:00 nori	STYLE LATIN 15:10～16:10 YOKO	Odaka Yoga 15:00～16:00 Shunsuke	バレエ 15:00～16:15 坂梨 仁美	シェイプボクシング 15:00～15:45 加藤 涼介	FOCUS SHAPE (ボトムス・トップス・ バックショット・ウエスト) 15:10～16:10 横尾 康成			15		
45									30		
16:00								45			
15				予約		予約		16:00			
30									15		
45				バレエ ～ボワント初級～ 16:25～16:55 坂梨 仁美		オリジナルボクシング 16:30～17:15 茂呂 一雄			30		
17:00				有料	NEW				45		
15								15			
30	Expansional Pilates 17:15～18:15 葉坂 太軌				ベリーダンス60 17:00～18:00 SOLOR	予約		30			
45						時間変更			45		
18:00		FOCUS SHAPE (ボトムス・トップス・ウエスト) 17:30～18:15 加藤 涼介	AROMA HANUMAN YOGA 17:30～18:30 TARUN	Slow Flow Yoga 17:10～18:10 沢田 益美			Fit Beat Yoga ～Advance～ 17:40～18:40 Yulia		18:00		
15									15		
30								30			
45								45			
19:00	CORE BALLET ～フロアストレッチ～ 18:30～19:30 KANAMI	POP PILATES 18:30～19:15 Lisa		フレキシビリティYOGA 18:25～19:10 羽生田 早穂	AROMA YOGA 18:30～19:30 吉橋 扶美子			19:00			
15								15			
30								30			
45			予約		予約			45			
20:00								20:00			
15	【 時間変更レッスンについて 】 営業時間短縮におけるスケジュールに関しまして 現在、予約制とさせていただきます 月曜日のExpansional Pilatesと木曜日のSlow Flow Yogaは 開始時間変更に伴いまして予約制を一時、停止させていただきます。 皆様のご理解・ご協力をお願い申し上げます。							15			
30									15		
45									30		
21:00									45		
15					丸の内スタイル 営業時間変更 平日：7:00～20:00 土曜：10:00～20:00 日曜・祝日：10:00～19:00 ご迷惑をお掛け致しますが 皆様のご理解・ご協力をお願い申し上げます。			15			
30								30			
45								45			
22:00								22:00			
15								15			
30								30			
45								45			
23:00								23:00			
15								15			
30								30			
23:45								23:45			