

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	
06:45	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
07:00								07:00
15								15
30								30
45	朝YOGA 7:15~8:15 岡 幸代	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	朝YOGA 7:15~8:15 yukko			45
08:00								08:00
15								15
30								30
45								45
09:00								09:00
15								15
30								30
45								45
10:00								10:00
15								15
30								30
45								45
11:00		バレエ ~初級~ 10:05~11:20 野田 香織				バレエ ~初級~ 10:35~11:35 野田 香織		11:00
15		予約				予約		15
30	BtoB/ダンス60 11:00~12:00 浜田 亜希		フラ 11:00~12:00 吉田 典子	BtoB/ダンス60 11:00~12:00 清美	Mat Pilates 11:00~12:00 渡辺 美沙			30
45		バレエ ~初級PLUSセンターレッスン~ 11:30~12:00 野田 香織						45
12:00	予約	有料		予約				12:00
15						バレエ ~初級PLUSセンターレッスン~ 11:45~12:45 野田 香織		15
30								30
45	カーディオ ボディシェイプ 12:20~13:20 勝田 真有	HATHA YOGA 12:30~13:30 林 ゆみ	REGO STRETCH 12:20~13:20 賀島 桂	CORE BALLET ~フロアストレッチ~ 12:20~13:20 Erica	BtoB/ダンス60 12:20~13:20 柄越 祥子		トータル シェイピング 12:25~13:10 藤野 愛理	45
13:00								13:00
15								15
30			予約			SMCテックワーク ~筋膜ケア~ 13:10~13:40 土田 祐太		30
45								45
14:00	HATHA YOGA 13:40~14:40 KAYOKO	フランコ ~エモーショナル~ 13:50~14:50 杉山 愛梨	パウエルセビ-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		Mat Pilates 13:30~14:15 Takako	14:00
15								15
30						TRXトレーニング 14:00~14:45 土田 祐太		30
45				予約				45
15:00								15:00
15	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	AROMA YOGA75 14:45~16:00 KAYOKO	15
30								30
45								45
16:00								16:00
15								15
30				予約				30
45				バレエ ~ポワント初級~ 16:25~16:55 坂梨 仁美				45
17:00				有料				17:00
15								15
30	Expansional Pilates 17:15~18:15 葉坂 太軌	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	ベリーダンス60 17:00~18:00 SOLOR			30
45								45
18:00								18:00
15								15
30	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		Fit Beat Yoga ~Advance~ 17:40~18:40 Yulia		30
45								45
19:00			オリジナルボクシング 18:45~19:30 茂呂 一雄		AROMA YOGA 18:30~19:30 吉橋 扶実子			19:00
15			予約					15
30								30
45								45
20:00								20:00
15								15
30								30
45								45
21:00								21:00
15								15
30								30
45								45
22:00								22:00
15								15
30								30
45								45
23:00								23:00
15								15
30								30
45								45
23:45								23:45

**【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。

**丸の内スタイル 営業時間**  
**3/22(月)~当面の間**  
  
平日：7:00~21:00  
土曜：10:00~21:00  
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。