

短縮営業
期間中

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								30
45								45
08:00	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			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								30
45								45
12:00	BtoBバランス60 11:00～12:00 浜田 亜希	バレエ ～初級センターレッスン～ 11:30～12:00 野田 香織	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	予約		12:00
15	予約	有料		予約		バレエ ～初級PLUSセンターレッスン～ 11:45～12:15 野田 香織		15
30						有料		30
45								45
13:00	カーディオ ボディシェイプ 12:30～13:30 勝田 真有	HATHA YOGA 12:30～13:30 林 ゆみ	REGO STRETCH 12:30～13:30 簗島 桂	CORE BALLET ～フロアストレッチ～ 12:30～13:30 Erica	BtoBバランス60 12:30～13:30 柄越 祥子	SMCテクニク ～筋膜ケア～ 12:45～13:15 土田 祐太	トータル シェイピング 12:25～13:10 藤野 愛理	13:00
15								15
30			予約					30
45								45
14:00								14:00
15						TRXトレーニング 13:45～14:30 土田 祐太	Mat Pilates 13:30～14:15 Takako	15
30								30
45						予約		45
15:00	HATHA YOGA 14:00～15:00 KAYOKO	フラメンコ ～エモーショナル～ 14:00～15:00 杉山 愛梨	パウエルセラピーYOGA 14:00～15:00 渡辺 美保	HATHA YOGA 14:00～15:00 勝田 真有	Fit Beat Yoga 14:00～15:00 Yulia			15:00
15				予約				15
30								30
45						FOCUS SHAPE (ボトムス・トップス・ バックショット・ウエスト) 15:00～16:00 横尾 康成	AROMA YOGA75 14:45～16:00 KAYOKO	45
16:00	JAZZ HIP HOP 15:30～16:30 nori	STYLE LATIN 15:30～16:30 YOKO	Odaka Yoga 15:30～16:30 Shunsuke	バレエ 15:30～16:45 坂梨 仁美	シェイプボクシング 15:30～16:15 加藤 涼介	予約	予約	16:00
15								15
30				予約				30
45					NEW			45
17:00					時間変更	オリジナルボクシング 16:30～17:15 茂呂 一雄		17:00
15	時間変更					予約		15
30		時間変更	時間変更	時間変更	ベリーダンス60 17:00～18:00 SOLOR			30
45	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					45
18:00								18:00
15						Fit Beat Yoga ～Advance～ 17:45～18:45 Yulia		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		フレックシビリティYOGA 18:25～19:10 羽生田 早穂	AROMA YOGA 18:30～19:30 吉橋 扶美子			19:00
15			オリジナルボクシング 18:45～19:30 茂呂 一雄					15
30			予約		予約			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
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。

皆さまのご理解・ご協力を宜しくお願い申し上げます。

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。