

# M's FITNESS タイムスケジュール

月	火	水	木
	10:00-11:00 1時間クラス ヴィンヤサヨガ		10:00-11:00 1時間クラス ピラティスヨガフロー
		11:00-12:30 90分クラス ヨガヒーリング	
19:10-20:10 1時間クラス 脂肪燃焼&ピラティス		19:10-20:10 1時間クラス ズンバ	19:10-20:10 1時間クラス パワーヨガ
20:15-20:45 30分クラス ステップリーボック	20:30-22:30 2時間クラス ディープヨガクラス (ディープヨガ会員のみ)	20:20-21:20 1時間クラス ピラティスヨガフロー	
20:50-21:20 30分クラス ズンバ			
21:30-22:30 1時間クラス ピラティスヨガフロー		21:30-22:30 1時間クラス ヨガヒーリング	

※30分クラスは2クラスで1時間クラスと同等と致します。

(H30.7月～)

## (既存コース)

- ① 月4回コース：4500円  
1時間クラスを週に1クラス選択できます。
- ② 月8回コース：6000円  
1時間クラスを週に2クラス選択できます。
- ③ ビジターコース：1500円/1枚 もしくは 6000円/5枚(※有効期限3か月)  
チケットを購入頂きます。1枚につき1時間クラスまたはビジタークラスを1回の受講が可能となります。
- ④ 月6回コース：5200円  
1時間クラスを週に1回選択し、それ以外に1時間クラス2クラス分受講可能となります。

## (特別コース)

- ① ディープヨガコース：10000円  
ディープヨガクラス+すべてのクラスを毎月受け放題
- ② マタニティプライベートレッスン(要予約)  
会員価格：3500円/90分

※ 入会金：2000円