



Sunday 日	Monday 月	Tuesday 火	Wednesday 水	Thursday 木	Friday 金	Saturday 土
11:00~12:00 エアリアルヨガ ★~★★★ 11.25日 (hiromi)	11:00~12:00 姿勢改善ヨガ ★~★★★ 12.26日 (hiromi)	11:00~12:00 ストレッチ & リラックスヨガ 6.20日 (hiromi)	定 休 日	10:30~11:30 エアリアルヨガ ★~★★★ (託児要相談) (hiromi)		10:00~11:00 やさしいヨガ ★~★★★ (hiromi/NANA)
11:00~11:30 誰でもできる ゆっくりTRX ★ 4.18日 (hiromi)		16:00~16:50 キッズクラス 3歳~6歳				
	16:00~16:50 キッズクラス 4歳~1年生	17:30~18:30 キッズ アクティブクラス 5歳~小学生			19:30~20:30 エアリアルヨガ ★~★★★ (hiromi/NANA)	
	17:45~18:45 キッズ エアリアルヨガ/ スポーツクラス 5歳~小学生	19:30~20:00 TRX トレーニング ★~★★★ 6.20日		→スタジオ生配 信クラス	19:30~20:00 誰でもできる ゆっくりTRX★ ★ (hiromi)	21:00~22:00 ハンモックde マインドフルネス ★ 2.16日 (NANA)
	19:30~20:30 ストレッチ & リラックスヨガ ★~★★★	19:30~20:00 筋力アップ トレーニング ★~★★★ 13.27日	→初心者向け クラス			

★・初級者向け ★★・中級者向け ★★★・上級者向け  
 ◎託児の必要な方は、3日前までにご予約ください(託児料300円)  
 ◎ビジターの方は、ヨガ・TRX3,000円、エアリアル4,000円です。  
 ◎ヨガマット、水分、タオルをお持ちください。動きやすい服装でお越しください。  
 ◎パーソナルトレーニングは、スタジオレッスンとは別にご予約を承ります。  
 ◎メニュー・インストラクターは変更する場合があります。ご了承ください。

◎スタジオ入室はクラス開始15分前からになります  
 ◎体験の方はヨガ・TRX 1,500円 エアリアルヨガ 2,000円  
 ◎TRX・・・体幹トレーニング。  
 ◎エアリアルヨガ・・・ハンモックを使ったヨガ。  
 ◎ハンモックdeマインドフルネス・・・じっくり自分の心と体と向き合います。

※5(月)、19(月)、29(木)、30(金)はお休みです。  
 ※水曜日は定休日です。  
 ※予約締切時間が早くなりました。予めご了承ください。(直前のキャンセルは[funaroommiyazaki@gmail.com](mailto:funaroommiyazaki@gmail.com) まで)



Thank you

## 宮崎店一部休業のお知らせ

いつも宮崎店をご利用いただきまして、ありがとうございます。  
 この度、諸般の事情により9月30日をもちまして宮崎店スタジオ利用のクラスを中止する運びとなりました。  
 長きにわたるスタジオへのご支援に心より感謝申し上げますとともに、ご迷惑をおかけしますことを深くお詫  
 び申し上げます。スタッフ一同、最後まで心を尽くしてクラスをさせていただきたく所存です。  
 なお、施設を利用しないパーソナルレッスン(出張型)・キッズクラス・外部講習等につきましては、引き続き  
 継続して運営していきます。  
 今後の対応、詳細につきましては、改めてご連絡させていただきます。  
 ご不明な点は、下記までメールにてご連絡くださいますよう、よろしくお願い致します。

FUN・A・ROOM宮崎店

Mail: [yoyaku@funarooms.com](mailto:yoyaku@funarooms.com)