



★オンラインFIT 格闘技&フィットネスCH 2月時間割★

自宅がジムになる！専門チャンネルで楽々トレーニング！
 オンライン格闘技！トイカツ会員様なら、無料で習い放題！

【クラス難易度】★初心者向け ★★中級者向け ★★★上級者向け
 【クラス強度】♥運動不足の方 ♥♥心拍数を上げたい方 ♥♥♥選手向け

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜	
7							7:00 骨盤調整Yoga Makoto★	7
8								8
9	9:00 全身HIIT &ストレッチ 悠花★							9
10					10:00 陰ヨガ のりたまヨガ★			10
11			11:00 ヒップホップ yamaguchi★					11
12								12
13								13
14								14
15								15
16								16
17								17
18					18:00 自宅で出来る自重トレ KAZU★			18
19								19
20	オンライン休講情報							20
	2/11 7:00~Makoto休講							
21								21
	※祝日は18時までの営業になります。							
22								22
23	終了時間が記載されていないクラスは、45分終了となります。							23



★オンラインFIT 英会話CH 2月時間割★

自宅でラーニング！専門チャンネルで楽々英会話！
オンライン習い事！トイカツ会員様なら、無料で習い放題！

【営業時間】 下記をご参照ください。(年中無休)

【クラス難易度】 ★初心者向け ★★中級者向け ★★★上級者向け

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜		
7								7	
8				8:00 ビジネス【日本語◎】 高橋★				8	
9				9:00 日常【日本語◎】 高橋★		9:00 日常【日本語◎】 高橋★	9:00 旅行【日本語◎】 高橋★	9	
10		10:00 オンライン英会話 初級 アンジェラ★	10:00 TOEICL&R対策 高橋★★				10:00 英語ベーシックライティング 高橋★★	10:00 TOEICL&R対策 高橋★★	10
11		11:00 オンライン英会話 中級 アンジェラ★★	11:00 英語ベーシックライティング 高橋★★				11:00 TOEICL&R対策 高橋★★	11:00 英語ベーシックライティング 高橋★★	11
12	12:00 日常英会話 ジル★					12:00 日常英会話 カーメル★	12:00 日常英会話 カーメル★	12	
13	13:00 ビジネス英会話 ジル★★					13:00 ビジネス英会話 ジル★★			13
14							14:00 真面目な日常会話とジョーク ドミニク★【日本語○】	14	
15							15:00 真面目な日常会話とジョーク ドミニク★【日本語○】	15:00 真面目な日常会話とジョーク ドミニク★【日本語○】	15
16							16:00 真面目な日常会話とジョーク ドミニク★【日本語○】	16	
17								17	
18	18:00 ビジネス英会話 ノリーン★	18:00 ビジネス英会話 ノリーン★			18:00 ビジネス英会話 ノリーン★	18:00 ビジネス英会話 ノリーン★	18:00 ビジネス英会話 マーシー★★★	18:00 ビジネス英会話 マーシー★★★	18
19	19:00 オンライン英会話 初級 アンジェラ★			19:00 オンライン英会話 初級 アンジェラ★				19	
20	20:00 オンライン英会話 中級 アンジェラ★★			20:00 オンライン英会話 中級 アンジェラ★★				20	
21	※祝日は18時までの営業になります。							21	
22								22	
23	終了時間が記載されていないクラスは、45分終了となります。							23	




★キッズ英会話CH 2月時間割★

音楽に乗せて楽しくキッズ英会話！
オンライン習い事！今なら最大2ヶ月無料プラン実施中！

【営業時間】 下記をご参照ください。(年中無休)

【クラス難易度】 ★初心者向け ★★中級者向け ★★★上級者向け

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜	
1 週目	 <p style="font-size: 2em; color: red; font-weight: bold; margin-top: 20px;">NEW! キッズ 英会話</p> <p style="font-size: 0.8em; margin-top: 20px;">日本語を交えて会話ししますので 英語が初めてのお子様でも安心して ご参加いただけます。 ※会員様のお子様であれば どなたでも無料でご参加可能です。</p>					3日 昼11:00 英語リトミック★ レア	1週目	
2 週目						7日 夜18:00 英語リトミック★ レア	10日 昼11:00 英語リトミック★ レア	2週目
3 週目						14日 夜18:00 英語リトミック★ レア	17日 昼11:00 英語リトミック★ レア	3週目
4 週目						21日 夜18:00 英語リトミック★ レア	24日 夜11:00 英語リトミック★ レア	4週目
5 週目						28日 夜18:00 英語リトミック★ レア		5週目
終了時間が記載されていないクラスは、45分終了となります。								23



<p align="center">悠花</p>	<p align="center">Makoto</p>	<p align="center">yamaguchi</p>	<p align="center">のりたまヨガ</p>
<p>指導クラス: ヨガ、ピラティス、HIIT系 格闘技歴: 2年 ヨガ歴: 3年</p>	<p>指導クラス: ヨガ 趣味: 柔術、ランニング</p>	<p>指導クラス: ヒップホップ</p>	<p>指導クラス: ヨガ 好きなヨガ: アシュタンガヨガ、陰ヨガ</p>
<p>ヨガに出会い、格闘技に出会い、そこで得た知識と経験を皆様に悠花式メソッドでお伝えします。</p>	<p>YOGAで自分の身体の変化に気付き感じる事を目的とし、心も体も綺麗になるサポートをさせていただきます。</p>	<p>リズムトレーニング、振付を楽しみましょう!!</p>	<p>呼吸をしながらのびのびと動いていくヨガの誘導をしていきます。体調やご希望に添ったヨガレッスンをしています。</p>

<p align="center">coming soon</p>			<p align="center">coming soon</p>
<p align="center">アンジェラ</p>	<p align="center">ドミニク</p>	<p align="center">KAZU</p>	<p align="center">高橋</p>
<p>指導クラス: 英会話 ・英会話(初級/中級)</p>	<p>指導クラス: 英会話 日本在住: 20年 トイカツでのレッスン: 3年 <i>I teach an interesting and informative class. With me, you will improve quickly. Thank you.</i></p>	<p>指導クラス: キックボクシング系 格闘技歴: 30数年 フルコンタクト空手の門を叩き、はや30年が過ぎました。様々な格闘技に出稽古で出会い、そこで得た知識と経験を皆様にお伝え出来れば幸いです。</p>	<p>指導クラス: 英会話 ・英会話(日常/ビジネス/旅行) ・TOEIC L&R対策 ・英語ベーシックライティング</p>