



# ★オンラインFIT 格闘技&フィットネスCH 7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 全身HIIT &ストレッチ 悠花★	7:00 ヨガ &ピラティス 悠花★					7:00 体幹バランスヨガ Makoto★	7
8								8
9								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
19								19
20								20
21	オンライン休講情報 ※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



# ★オンラインFIT 英会話CH 7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 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								21	
22								22	
23	<span style="color: red; font-weight: bold;">※祝日は18時までの営業になります。</span>							23	
<span style="color: black; font-weight: bold;">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。</span>									












# ★キッズ英会話CH 7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: small; margin-top: 10px;">日本語を交えて会話しますので 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>		 <b>3日</b> 夜18:00 英語リトミック★ レア			 <b>6日</b> 昼11:00 英語リトミック★ レア		1 週目
2 週目			 <b>10日</b> 夜18:00 英語リトミック★ レア		 <b>13日</b> 昼11:00 英語リトミック★ レア		2 週目	
3 週目			 <b>17日</b> 夜18:00 英語リトミック★ レア		 <b>20日</b> 昼11:00 英語リトミック★ レア		3 週目	
4 週目			 <b>24日</b> 夜18:00 英語リトミック★ レア		 <b>27日</b> 夜11:00 英語リトミック★ レア		4 週目	
5 週目			<b>31日</b> 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



悠花	Makoto	yamaguchi	のりたまヨガ
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 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。	指導クラス: ヨガ 趣味: 柔術、ランニング YOGAで自分の身体の変化に気付く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。	指導クラス: ヒップホップ リズムトレーニング、振付を楽しみましょう!!	指導クラス: ヨガ 好きなヨガ: アシュタンガヨガ、陰ヨガ 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。

coming soon		coming soon	coming soon
<b>アンジェラ</b>	<b>ドミニク</b>	<b>高橋</b>	
指導クラス: 英会話 ・英会話(初級/中級)	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>	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	