

# 年末年始特別プログラム —JOYFIT YOGA旭川アモール—

12月28日(土)

10:00~10:45 ★★★  
コアヨガ  
よしこ

11:30~12:30 ★  
アロマ陰ヨガ60  
~1年をアロマと呼吸で浄化~  
Ami

13:00~13:45  
溶岩浴

14:30~15:15 ★  
リンパデトックスヨガ  
高瀬

16:00~16:45  
溶岩浴

17:30~18:15 ★★★  
ゆるめ床トレ  
MITSUE

営業時間

9:30~19:00

12月29日(日)

10:00~10:45 ★  
目覚めの朝ヨガ  
Take

11:30~12:15  
溶岩浴

13:00~  
108回  
太陽礼拝

加藤 & 高瀬

※終わり次第、終了いたします。

営業時間

9:30~16:00

12月30日(月)~  
1月3日(金)

休館日

1月4日(土)

10:00~10:45 ★★★  
正月太り解消ヨガ  
よしこ

11:30~12:30 ★  
胃腸を整える  
新春アロマヨガ60  
Ami

13:00~13:45  
溶岩浴

14:30~15:15 ★★  
女性の為の月礼拝  
高瀬

16:00~16:45  
溶岩浴

17:30~18:15 ★★  
美脚美尻ヨガ  
MITSUE

営業時間

9:30~19:00

1月5日(日)

10:00~10:45 ★  
腸活ヨガ  
加藤

11:30~12:30 ★★★  
燃焼発汗ヨガ  
MITSUE

13:00~13:45  
溶岩浴

14:30~15:15 ★  
背骨を整える陰ヨガ  
Take

16:00~16:45 ★★  
スパインコントロール  
高瀬

17:30~18:15  
溶岩浴

営業時間

9:30~19:00

皆様のご来館を、心よりお待ちしております。