

HOLIDAY SPECIAL PROGRAM

祝日特別プログラム

2.11 水・祝

2.23 月・祝

9:45~10:30

筋美ヨガ
KAZUMA ★★★

心身ほぐしヨガ
SENGOKU ★

11:30~12:15

背中美人ヨガ
ayami ★

ピラティス
KOBAYASHI ★★

13:00~13:45

溶岩浴

14:30~15:15

デトックスヨガ
ayami ★★

ベースを感じるヨガ
TERAYAMA ★1.5

16:00~16:45

スプリットヨガ
mai ★★

パワーヨガ
SUZUKI ★★

17:30~18:15

ゆるふわ骨盤ヨガ
mai ★

背骨コンディショニング
saori ★

注意事項

- ・各レッスン定員20名の予約制です ・レッスン開始後の入室はご遠慮ください
- ・レッスン参加には、500ml以上の水分をご持参ください
- ・スタジオはレッスン開始の15分前から入室いただけます
- ・プログラムは急遽変更となる場合がございます