

HOLIDAY SPECIAL PROGRAM

GW特別プログラム

特別営業時間 09:30~19:00

5.1 金

5.2 土

5.3 日祝

5.4 月祝

5.5 火祝

5.6 水祝

営業時間09:30~18:00

休館日

09:45~10:30 ★★★ しなやかヨガ SASAKI	09:45~10:30 ★ 身体整うフィーリングヨガ KAZUMA	09:45~10:30 ★★ 姿勢改善ピラティス KOBAYASHI	09:45~10:30 ★ 心身ほぐしヨガII SENGOKU	09:45~10:30 ★★★ 筋美ヨガ KAZUMA
11:30~12:15 ★ 毎日快眠ヨガ kurumi	11:30~12:15 ★★ Sound Yoga ayami	11:30~12:15 ★ アロマヨガ SENGOKU	11:30~12:15 ★★ パワーヨガ SUZUKI	11:30~12:15 ★ 腸活ヨガ mai
12:45~13:30 溶岩浴	13:00~13:45 溶岩浴			
14:30~15:15 ★★ デトックスヨガ kurumi	14:30~15:15 ★ ココからヨガ ayu	14:30~15:15 ★★ 巻き肩改善ヨガ TERAYAMA	14:30~15:15 ★★ からだ整うピラティス KOABAYASHI	14:30~15:15 ★1.5 骨盤ケアヨガ ayami
16:00~16:45 ★ 腸活ヨガ mai	16:00~16:45 ★★ ヒップアップヨガ ayami	16:00~16:45 ★ ゆるめるスローフローヨガ SUZUKI	16:00~16:45 ★ リラクゼーションヨガ TERAYAMA	16:00~16:45 ★★ ヒップアップヨガ KAWABATA
17:30~18:15 ★★ 旧美脚・美尻ヨガ SENGOKU	17:30~18:15 ★ アロマヨガ TERAYAMA	17:30~18:15 ★★ 旧美脚・美尻ヨガ SASAKI		17:30~18:15 ★ ココからヨガ ayu

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