

2月祝日 プログラム



初級
★
中級
★★
上級
★★★

2月11日(水)

9:30~10:15

引き締めフローヨガ
Akari

11:00~11:45

やさしいパワーヨガ
kazue

12:30~13:15

陰フローヨガ
moana

14:00~14:45

腰痛解消ヨガ
植田

15:30~16:15

溶岩浴

18:00~18:45

ゆったりホットヨガ
Yukiko

2月23日(月)

9:30~10:15

デトックスヨガ
SAHO

11:00~11:45

ツイストフローヨガ
SAHO

12:30~13:15

カラダめぐりヨガ
植田

14:00~14:45

美腸ヨガ
東

15:30~16:15

溶岩浴

18:00~18:45

リンパトリートメントヨガ
hiromi