

8月お盆レッスンプログラム

2025年8月のお盆特別プログラムです。

営業時間等変更がございますのでお時間等お間違いのないようご確認ください。

8月11日（月祝）	
10:00～10:50	ゆるふわデトックスヨガ★ 久保
11:30～12:20	女性のための月礼拝ヨガ★★ 久保
13:30～14:20	スパインコントロール★★ 金森
15:00～15:50	リンパリフレッシュヨガ★ 石橋
16:30～17:20	ゆがみととのうヨガ★★ AYA

18:00 閉店

8月12日（火）	
10:00～10:50	スタイルアップヨガ★★ Chiharu
11:30～12:20	腸活ヨガ★ 石橋
13:30～14:20	ゆがみととのうヨガ★★ AYA
15:00～15:50	ホイールでほぐすヨガ★ 中屋敷
16:30～17:20	リンパリフレッシュヨガ★ Chiharu

18:00 閉店

※8月13日（水）、14日（木）は夏季休館でお休み