

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
スペインコントロール★★
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

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

18:00閉店

※8月13日(水)、14日(木)は夏季休館でお休み