

9月 祝日プログラム



■レッスン30分前に予約券発行、開始15分前に入室可能です。■開始5分前までに必ず予約券を発券してください。■短縮営業に変更となっておりますのでお時間のご確認お願い致します。■メインスタジオ35名・暗闇10名の定員制です。

9月18日(月)

	メインスタジオ	暗闇スタジオ
9:00		
10:00	9:30~10:30 ハタヨガ ★★★ kanako	
11:00	11:00~12:00 呼吸deリラックス ★★ YOKO	11:15~12:15 アロマコンディショニング ★★ 有馬渚
12:00		
13:00	12:30~13:30 肩首スッキリヨガ ★★ 夏奈	
14:00	スペシャルレッスン 14:00~15:00 カラダが喜ぶ食&美ヨガ ★★ MAMI	
15:00		
16:00	15:30~16:15 全身調整ヨガ ★★★ MAMI	
17:00	プラネタリウム 16:45~17:45 ゆるめるストレッチヨガ ★ Hana	
18:00		
19:00	18:15~19:15 アグニヨガ ★★★ Hana	
20:00		

閉店時間 20:30

※20:30までに退館をお願いいたします