

8月お盆 特別プログラム

営業時間

10:00~19:30

8.11 Mon.

10:30~11:30

ビギナーピラティス

★ Yoshino

12:00~13:00

骨盤コンディショニングヨガ

★★ Yoshino

13:00~13:30 溶岩タイム

14:00~15:00

アライメントを整えるヨガ

★ maya

※ゆるホット ※有料レッスン

15:00~15:45 溶岩タイム

16:15~17:00

身体の巡りを整えるフローヨガ

★★ hiro

17:30~18:30

のんびりヨガ

★ hiro

18:00~19:00 溶岩タイム

8.13 Wed.

10:30~11:30

真夏のセルフケアヨガ

★ 星野ゆり

12:00~12:45

ダイエットフローヨガ

★★ 星野ゆり

13:15~14:15

ディープリラックスヨガ

★ MIDORI

14:45~15:45

アクティブフローヨガ

★★★ MIDORI

16:15~17:00

やさしいデトックスヨガ

★ 相田千也子

17:30~18:30

本気のボディメイクヨガ

★★ 相田千也子

18:00~19:00 溶岩タイム

デイトム会員様は8/11の祝日は時間外利用料1,980円(税込)でご利用いただけます。※有料レッスンのみ特別料金500円(税込)
8/13は平日扱いのため通常通りご利用いただけます。