

カルド三ツ境 8月お盆スケジュール

8/11(月祝)
山の日

10:45~11:45
リラックスヨガ
★
星野 ゆり

12:15~13:15
フローヨガ
★★
星野 ゆり

14:30~15:30
ピラティス
★★
西島 愛

16:00~17:00
アロマリラックスヨガ
★
西島 愛

ゆるHOT

18:00~19:00
パワーヨガ
★★★
tomomi

※時間変更

8/13(水)
短縮営業

10:30~11:30
やさしいデトックスヨガ
★
hiro

12:00~13:00
リフレッシュヨガ
★★
hiro

14:00~15:00
ビギナーヨガ
★
tomoyo

15:45~16:45
肩こり・腰痛改善ヨガ
★★
tomoyo

18:00~19:00
アロマリラックスヨガ
★
reiko

※時間変更

8/14(木)
短縮営業

10:30~11:30
ベーシックヨガ
★★
彩翔 祐希

12:15~13:15
ヒーリングヨガ
★
reiko

14:00~15:00
骨盤コンディショニング
ヨガ
★★
reiko

15:45~16:45
ビギナーヨガ
★
星野 ゆり

17:30~18:30
リフレッシュヨガ
★★
Sayaka

※時間変更

営業時間 10:00-20:00

※8/12(火)は通常のレッスンスケジュールとなります。

※8/15(金)はお盆特別休館、8/16(土)は休館日となります。

※休館日の振替はございませんが、8/31(日)にイベントレッスンを行います。

※デイトム会員様の祝日と時間外のご利用は、時間外利用料¥1,980が必要となります。

