

11月祝日プログラム

【営業時間 10:00~20:00】

★：入門 ★★：初中級 ★★★：上級

ホットヨガ

11/3(月)

10:30-11:30

ストレッチヨガ

★

mari

12:00-13:00

冷え・むくみ改善ヨガ

★★

mari

13:30-14:30

アロマリラックスヨガ

★

haino

15:00-16:00

ヴィンヤサヨガ

★★★

Ricco

16:30-17:30

デトックスヨガ

★★

mina

18:00-19:00

アンチエイジングヨガ

★

mina

11/23(日)

10:30-11:30

アロマリラックスヨガ

★

Miki

12:00-13:00

リフレッシュヨガ

★★

Miki

13:30-14:30

シェイプアップヨガ

★★★

Iku

15:00-16:00

姿勢改善ヨガ

★★

Iku

16:30-17:30

ベーシックヨガ

★★

KIHO

18:00-19:00

中医養生ヨガ®

★

KIHO

11/24(月)

10:30-11:30

リフレッシュヨガ

★★

mari

12:00-13:00

ビューティーヨガ

★

mari

13:30-14:30

フローヨガ

★★

麻衣

15:00-16:00

パワーヨガ

★★★

kazue

16:30-17:30

ヒーリングヨガ

★

mina

18:00-19:00

肩こり・腰痛改善ヨガ

★★

mina

【ご利用に際しての注意事項】

※レッスン開始の30分前から整理券配布、15分前からスタジオにご入室いただけます。

※レッスン開始後の途中入室、体調不良時以外の途中退室はご遠慮ください。