

CALDO MINATOGAWA

Summer Special Program

8.11 «Mon»

10:30 ~ 11:30	心ほぐれる リラックスヨガ	★	Yuka
12:00 ~ 13:00	脂肪燃焼🔥 シェイプアップ ヨガ	★★★	Yuka
13:30 ~ 14:30	ヨガ入門	★	亜沙乃
16:30 ~ 17:30	ベーシック ピラティス	★★★	chii
18:00 ~ 19:00	やさしいリンパ デトックスヨガ	★	chii

8.15 «Fri»

10:30 ~ 11:30	ダイナミック ヴィンヤサ フローヨガ	★★★	ゆな
12:00 ~ 13:00	呼吸とともに ストレッチング ヨガ	★	ゆな
13:30 ~ 14:30	やさしいリンパ デトックスヨガ	★	chii
15:00 ~ 16:00	ストレス発散★ ボディメイク エクササイズ	★★★	chii
18:00 ~ 19:00	おやすみ前の リラックスヨガ	★	Eri

2025.08.11 «Mon»
15 «Fri»
16 «Sat»



open 10:00—20:00

8.16 «Sat»

10:30 ~ 11:30	全身引き締め！ ボディメイクヨガ	★★★	CHIE
12:00 ~ 13:00	セルフマッサージ& ストレッチングヨガ	★	CHIE
13:30 ~ 14:30	エナジーみなぎる🔥 やさしいパワーヨガ	★★★	RYO
15:00 ~ 16:00	癒しのアロマ リラックスヨガ ※ゆるホット	★	shizuko
16:15 ~ 17:30 温活タイム			
18:00 ~ 19:00	猫背・巻き肩改善★ 美姿勢ヨガ	★★★	淡川 麻智枝

※8/13(水)・14(木)は休館日です

8.16(土)18:30~19:30
★サンセットビーチヨガ★
開催予定🌈in須磨海岸🌊
皆さまのご参加お待ちしております！