

9.15<Mon> Special Program

2025年9月15日（月・祝）

営業時間 10：00～20：00

だんだんと日が短くなってきて、秋の訪れを感じる頃になりました。
この夏に頑張った自分をいたわりながら、
秋に向けて心と体を整えていきましょう🍂

10:30～11:30

気持ちいい1日をスタート！
エナジーパワーヨガ

★★★

Yuka

12:00～13:00

毎日がんばっている皆さまに♪
体の緊張を解きほぐすヨガ

★

Yuka

13:15～14:30

温活タイム

出入り自由です。
リラックスしたり、ポーズを極めたり
お好きにご利用いただけます🧘

15:00～16:00

痩せやすいカラダに🔥
引き締め！コアトレヨガ

★★

Aya

16:30～17:30

身体の硬い方でも安心！
ストレッチングヨガ

★

Aya

18:00～19:00

※ゆるホット

いい香りで気分転換💎集中力アップ！
アロマフローヨガ

★★

Eri

CALDO MINATOGAWA