

アースガーデンヨガスタジオ 10月スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
2日 10:30~ パワーヨガ 18:30~ 岩盤ヨガ	3日	4日 10:30~ バレトン 19:00~ 岩盤ヨガ 19:30~ シェイプアップ	5日 10:30~ 岩盤ヨガ 19:30~ ハタヨガ	6日 10:30~ 岩盤ヨガ 14:00~ DETOX 19:30~ 骨盤調整	7日 10:30~ ピラティス kenji 13:00~ 岩盤ヨガ	8日 10:30~ ルーシーダットン 13:00~ インド古式
9日 10:30~ 岩盤ヨガ 14:00~ ピラティス	10日	11日 10:30~ キレイになるヨガ 19:00~ 岩盤ヨガ	12日 10:30~ 岩盤ヨガ 19:30~ リラックス	13日 14:00~ ハタヨガ 代行 19:00~ 岩盤ヨガ	14日 10:30~ キレイになるヨガ 13:00~ ベーシック	15日 10:30~ ピラティスsaori 13:00~ 岩盤ヨガ
16日 10:30~ パワーヨガ 18:30~ 岩盤ヨガ	17日	18日 10:30~ バレトン 19:00~ 岩盤ヨガ 19:30~ シェイプアップ	19日 10:30~ 岩盤ヨガ 19:30~ ハタヨガ	20日 10:30~ 岩盤ヨガ 14:00~ DETOX 19:30~ 骨盤調整	21日 10:30~ シェイプアップ 13:00~ 骨盤調整	22日 10:30~ 岩盤ヨガ 13:00~ ハタヨガ
23日 14:00~ ピラティス 18:30~ 岩盤ヨガ	24日	25日 10:30~ キレイになるヨガ 19:00~ 岩盤ヨガ	26日 10:30~ 岩盤ヨガ 19:30~ リラックス	27日 14:00~ DETOX 19:00~ 岩盤ヨガ	28日 10:30~ バレトン 13:00~ インド古式	29日 10:30~ 岩盤ヨガ 13:00~ リラックス
30日 10:30~ パワーヨガ 18:30~ 岩盤ヨガ	31日 		 酵素ドリンク 400円 ヨガの前に おすすめ!			通常クラス60分 岩盤ヨガ50分 インド古式75分

10月Pick outclass! **骨盤調整** 第1.3金曜19:30~ 21日(土)13:00~
骨盤を中心に全身を調整していくヨガです。肩こり、腰痛の方にもおすすめです。
骨盤の歪みを整えて、身体の不調を改善しましょう!

Hot Pepperbeautyでも予約が取れるようになりました!

IDそのまま利用できます。QRコードもしくは、ホームページのカレンダー下
《ご予約フォーム》をクリック



ご予約はTELまたはWEBから**0766-30-7004** ※ご予約・キャンセルは開始時間の2時間前まで