



月	火	水	木	金	土	日
通常クラス60分 インド古式75分 岩盤ヨガ50分		HAPPY YOGA♥		1日 10:30~ 岩盤ヨガ☆ 14:00~ DETOX	2日 10:30~ ルーシーダットン 13:00~ 骨盤調整	3日 10:30~ 体質改善ヨガ 13:00~ ピラティス
4日 10:30~ 美脚美尻骨盤 18:30~ 岩盤ヨガ☆	5日 	6日 10:30~ バレトン 19:30~ 体質改善ヨガ	7日 10:30~ 岩盤ヨガ☆☆ 19:30~ やさしいヴィンヤサ	8日 14:00~ DETOX 19:00~ 岩盤ヨガ☆☆	9日 10:30~ バレトン 13:00~ インド古式	10日 10:30~ 岩盤ヨガ 13:00~ キレイになるヨガ
11日 14:00~ ピラティス 18:30~ 岩盤ヨガ☆	12日	13日 10:30~ キレイになるヨガ 14:00~ 岩盤ヨガ☆	14日 10:30~ 岩盤ヨガ☆☆ 19:30~ リラックス	15日 10:30~ 岩盤ヨガ☆ 14:00~ DETOX	16日 10:30~ ルーシーダットン 13:00~ 岩盤ヨガ	17日 10:30~ ポルドブラ 13:00~ キレイになるヨガ
18日 10:30~ 美脚美尻骨盤 18:30~ 岩盤ヨガ☆	19日	20日 10:30~ バレトン 19:30~ ハタヨガ	21日 10:30~ 岩盤ヨガ☆☆ 19:30~ やさしいヴィンヤサ	22日 14:00~ DETOX 19:00~ 岩盤ヨガ☆☆	23日 10:30~ 岩盤ヨガ 13:00~ 美脚美尻骨盤	24日 10:30~ ピラティス 13:00~ アンチエイジング
25日 14:00~ ピラティス 18:30~ 岩盤ヨガ☆	26日	27日 10:30~ キレイになるヨガ 14:00~ 岩盤ヨガ☆	28日 10:30~ 岩盤ヨガ☆☆ 19:30~ リラックス	29日 10:30~ 岩盤ヨガ☆ 14:00~ アンチエイジング 19:30~ アロマヨガ	30日 10:30~ インド古式 13:00~ リラックス	1日 10:30~ 岩盤ヨガ 13:00~ アロマヨガ

ヨガの前後には酸素カプセルがおすすめ!! ◆LED酸素カプセル25分 1200円

高濃度酸素とカラーセラピーで疲労回復,老化予防,免疫,細胞レベルでストレス解消

ダイエット中の方には◆DETOX酸素カプセル 30分3500円 カロリー消費&大量発汗



●レッスンの予約は、お一人様4枠分(4件)までご予約いただけます。

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