



アースガーデン ヨガスタジオ 5月 スケジュール

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---|--|--|---|--|--|--|
| | | 1日 10:30~ バレトン 14:00~ リラックス | 2日 10:30~ 岩盤ヨガ☆☆ 14:00~ 体質改善ヨガ | 3日 10:30~ 岩盤ヨガ☆☆ 14:00~ DETOX | 4日 10:30~ 岩盤ヨガ 13:00~ リラックス | 5日 10:30~ ピラティス 13:00~ アンチエイジング |
| ◎たまごヨガ◎たまご型ブロックを使うので、心地よくポーズを深める事ができます。体の硬い方、初心者にもおすすめです。 | | | | | | |
| 6日 10:30~さち 美脚美尻骨盤 14:00~ 岩盤ヨガ☆ | 7日  | 8日 10:30~ NEW たまごヨガ 5名 19:00~ 岩盤ヨガ(美脚) | 9日 10:30~ 岩盤ヨガ☆☆ 19:30~ ハタヨガ | 10日 10:30~ 岩盤ヨガ☆ 14:00~ DETOX 19:30~ アロマヨガ | 11日 10:30~ 美脚美尻骨盤 13:00~ バレトン | 12日 10:30~ 岩盤ヨガ 13:00~ ルーシダットン |
| 13日 14:00~ ピラティス 18:30~ 岩盤ヨガ☆ | 14日 | 15日 10:30~ バレトン 19:30~ リラックス | 16日 10:30~ 岩盤ヨガ☆☆ 19:30~ 体質改善ヨガ | 17日 14:00~ DETOX 19:00~ 岩盤ヨガ☆☆ | 18日 10:30~ ルーシダットン 13:00~ 岩盤ヨガ | 19日 10:30~ DETOX 13:00~ リラックス |
| 20日 10:30~ 美脚美尻骨盤 18:30~ 岩盤ヨガ☆ | 21日 HAPPY YOGA ♥ | 22日 10:30~ NEW たまごヨガ 5名 19:00~ 岩盤ヨガ(美脚) | 23日 10:30~ 岩盤ヨガ☆☆ 19:30~ ハタヨガ | 24日 10:30~ 岩盤ヨガ☆ 14:00~ DETOX 19:30~ アロマヨガ | 25日 10:30~ キレイになるヨガ 13:00~ ポルドブラ | 26日 10:30~ ピラティス 13:00~ 岩盤ヨガ |
| 27日 14:00~ ピラティス 18:30~ 岩盤ヨガ☆ | 28日 | 29日 10:30~ バレトン 19:30~ リラックス | 30日 10:30~ 岩盤ヨガ☆☆ 19:30~ 体質改善ヨガ | 31日 14:00~ DETOX 19:00~ 岩盤ヨガ☆☆ | | 通常クラス60分 インド古式75分 岩盤ヨガ50分 |

お顔の引き上げしませんか??

【速攻リフトUPフェイシャル】 美容器を使い、ヘッドとお顔のWアプローチ!
・頬の毛穴・たるみ・シワ・フェイスラインが気になる方に。特別価格8750円
まずはお気軽にお試しください。ご予約はスタッフまたはHot Pepperbeautyで検索



●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