


# ホットヨガスタジオ レッスンプログラム

令和2年7月28日～8月2日

	28日 (火)	29日 (水)	30日 (木)	31日 (金)	1日 (土)	2日 (日)
10:00						
15	フリー溶岩浴	フリー溶岩浴	フリー溶岩浴	フリー溶岩浴	フリー溶岩浴	フリー溶岩浴
30						
45	ストレッチ + コンディショニング 高橋 (琴) 10:30~11:15	ホットヨガ 大屋 10:30~11:15	美肌 全身マッサージ 須永 10:30~11:15	デトックスヨガ 中村 10:30~11:15	極上 美肌 ヘッド& フェイスパック 須永 ¥200 10:30~11:15	骨盤調整 + ストレッチ 飯塚 10:30~11:15
11:00						
15	フリー溶岩浴	フリー溶岩浴	フリー溶岩浴	フリー溶岩浴	フリー溶岩浴	フリー溶岩浴
30						
45						
12:00						
15						
30						
45						
13:00						
15						
30						
45						
14:00			ピラティス いのまた 13:30~14:15			
15						リラックスヨガ 岩崎 14:00~14:45
30						 代行情報やお得な キャンペーン掲載中！
45	ストレッチポール 大塚 14:30~15:15					
15:00						
15						
30						
45						
16:00						
15						
30						
45						
17:00						
15						
30						
45						
18:00						
15						
30						
45						
19:00						
15	ハタヨガ 茂木 19:00~19:45					
30						
45						
20:00						
15	バランス コンディネーション ユミコ 19:30~20:15					
30						
45						
21:00						
15	アスリートヨガ 塩谷 20:30~21:15					
30						
45						
22:00						

<今月のお知らせ>

23日(木)・24日(金)  
祝日営業  
10:00~18:30

毎週月曜日 定休日

6月・7月限定  
11:30~16:30  
アクア会員様  
90分 300円 タオル無し  
90分 500円貸出タオル付  
マグマ会員様家族  
90分 300円 タオル無し  
90分 500円貸出タオル付

タオルの貸し出しが  
出来ません

¥全額

有料レッスン



整理券が必要な  
レッスン  
(今月はありません)

都合により担当者の変更、レッスン内容の変更、又は休止の場合もございます。ご了承ください。