

**2026年2月～**

**ホットレッスンプログラム**

岩盤浴レッスン  
月曜 20:00~20:50  
ピラティス 樫士先生

水曜 20:00~20:50  
体幹リンパ 樫士先生

金曜 14:00~14:50  
ピラティス 樫士先生

土曜 14:00~14:50  
ホットヨガ 斉藤先生

日曜 13:00~13:50  
ホットヨガ えみ先生

**レッスン料 800円 です**