



★会員の皆さまへ2月タイムテーブルのお知らせ★

新プログラム導入に伴いまして、2月からレッスン変更がございます。

『プロジェクションYOGA』は、壁全体に広がる幻想的なイメージや音楽とリンクしたプログラムです。

常温の空間の中で美しい映像、心地よいサウンドに包まれながら、自分だけのリラックス時間を思う存分楽しんでいただきます。

～スタンダード、マスター会員様～

登録レッスンのご変更希望の場合、1月15日までに手続きをお願いいたします。

また、プロジェクションヨガとホットヨガのセットでのご参加は可能となります。お振替をご利用くださいませ。

会員の皆さまが心地よくご利用いただけますように、スタッフ一同、精進いたします。今後とも宜しく願い申し上げます

2月 H&B タイムテーブル

	月	火	水	木	金	土	日
10	10:30～ ホットYOGA 腸デトックス	10:30～ フラダンス (有料)	10:30～ ホットYOGA パワーシェイプ	10:30～ ホットYOGA 美脚	10:30～ ホットYOGA コアビューティ		
11	野小	竹澤	斉藤	中村	猪田	11:00～ ホットYOGA 美脚 窪田	11:00～ ホットYOGA 腰痛改善 中山
12							
13						13:00～ プロジェクション YOGA 木下	
14	14:30～ ホットYOGA 骨盤調整		14:30～ ホットYOGA コアビューティ	14:30～ ホットYOGA 美脚	14:30～ プロジェクション YOGA 山科		14:30～ プロジェクション YOGA 織田
15	猪田		村井	神谷			
16						16:00～ ホットYOGA 骨盤調整 中山	16:00～ ホットYOGA パワーシェイプ 和田森
17							
18							
19	19:00～ ホットYOGA パワーシェイプ 神谷	19:00～ プロジェクション YOGA 織田	19:00～ ホットYOGA 美脚 窪田	19:00～ ホットYOGA 骨盤調整 澤飯	19:00～ プロジェクション YOGA 織田		
20	20:45～ プロジェクション YOGA 中山	20:30～ ホットYOGA 美脚 和田森	20:30～ ホットYOGA 腰痛改善 中山	20:45～ プロジェクション YOGA 宮山	20:30～ ホットYOGA パワーシェイプ 村井		
21							