

—5月—

祝日レッスンスケジュール

5/3(金)

祝

10:15-11:00
スタンディングフローヨガ
★★★★★
中村

11:15-12:15
優しい後屈
★★
池上

14:00-15:00
CORE YOGA
★★★★
久野

16:00-17:00
ローラーヨガ
★★★★★
荒木

5/4(土)

祝

10:15-11:00
パワーシェイプ
★★★★★
和田森

11:15-12:15
アーユルヴェーダ
★★★★
中村

14:00-15:00
背骨調整
★★★★★
久野

16:00-17:00
腸デトックスヨガ
★★★★★
岡本

5/5(日)

祝

10:15-11:00
モーニングヨガ
★★★
津田

11:15-12:15
フローヨガ
★★★★★
宮山

＼セミホット/
14:00-15:00
コアビューティー
★★★
和田森

16:00-17:00
リフレッシュ
★★
中山