

\12/28(日)/

2025年最終営業日プログラム

ゆる
Hot

9:00～10:00
ストレッチングヨガwithキャンドル
はま
★

常温

10:30～12:00
太陽礼拝54回
はま

いろんな思いを
全て解いて手放して
ココロもカラダも更地に戻していく。
それぞれの願いを込めて
太陽礼拝 5 4
解き放たれたヨーガの世界に身を委ねていきましょう。

※詳しい内容につきましては別紙でご確認お願いします。

13:30～14:30
アロマリフレッシュヨガ
CHIAKI
★★

15:00～16:00
ビギナーヨガ
Kaori
★

16:30～17:30
月ヨガ
TOMOKO
★★

18:00～19:00
陰ヨガ
TOMOKO
★