

Xmas Lesson Schedule

12/20(土)

10:30~11:30
アロマリフレッシュヨガ
Ryoko ★★ ベーベミントの香り

12:00~13:00
アロマビギナーヨガ
kazue ★ ラベンダー ブレンドの香り

13:30-14:30
ダイエットヨガ
Iku ★★

15:00~16:00
ヴィンヤサフローヨガ
mina ★★★

16:30~17:30
キャンドルリラックスヨガ
Airi ★

18:00~19:00
デコルテ美人ヨガ
Airi ★★ フランキンセンス ブレンドの香り

12/21(日)

10:30~11:30
フロー＆陰ヨガ
shoko ★ フランキンセンス ブレンドの香り

12:00~13:00
アロマデトックスヨガ
kiriko ★★ リトセアの香り

14:00~15:00
ブリージングピラティス
Lisa.T ★ ベルガモットの香り

16:30~17:30
ディープブレス & リラクゼーションヨガ
mina ★★

18:00~19:00
アロマビギナーヨガ
hiyori ★ ホーウッドの香り

プラネタリウム
キャンドル アロマ

12/22(月)

10:30~11:30
美脚美尻骨盤ヨガ®
ベーシック
mina ★★

12:00~13:00
星空リラックスヨガ
aya ★

13:30-14:30
脂肪燃焼美ボディヨガ
MAYUMI ★★

15:00~16:00
アロマビギナーヨガ
MAYUMI ★ ユーカリの香り

17:45-18:45
めぐり美人ヨガ
KAO ★★ ゼラニウムの香り

19:15-20:15
ヒーリングヨガ
KAO ★

20:45-21:45
やさしいパワーヨガ
KUMIKO ★★

12/23(火)

10:30~11:30
アロマビギナーヨガ
yukiko ★ ローズウッドの香り

12:00~13:00
メディテーション &
ストレッチフローヨガ
mina ★★

13:30-14:30
アシュタンガヨガ
mina ★★★

15:00-16:00
癒しのピラティス
Lisa.T ★

17:45-18:45
やさしいデトックスヨガ
mari ★ ライム ブレンドの香り

19:15-20:15
猫背改善DE若返りヨガ
mari ★★

20:45-21:45
リカバリーヨガ
～至高の睡眠を～
nakajima ★ ラベンダーの香り

12/24(水)

10:30~11:30
モーニングリフレッシュヨガ
Aya. ★★ ウッディ ブレンドの香り

12:00~13:00
姿勢改善ヨガ
Aya. ★★

13:30-14:30
アロマリラックスヨガ
tomoko ★ ベンゾインの香り

15:00~16:00
シェイプアップヨガ
kazue ★★★

18:00~19:00
アロマビギナーヨガ
kiriko ★ ローズウッドの香り

19:30-20:30
お疲れリセットフローヨガ
貴稀 ★★

21:00-21:45
美腸デトックスヨガ
貴稀 ★★ クリスマス ブレンドの香り