

【営業時間】

4/29(水)・5/3(日)～6(水) 5/1(金)
10:00～19:00 ※祝日 10:00～22:00

※4/30(木)はお休みです

4/29(WED)～5/6(WED)

GOLDEN WEEK SPECIAL PROGRAM



🌿: アロマ
 🌟🌟: プラネタリウム 🌡️: ゆるホット
 🕯️: キャンドル 🕒: 45分レッスン

4/29(WED)	4/30(THU)	5/1(FRI)	5/2(SAT)	5/3(SUN)	5/4(MON)	5/5(TUE)	5/6(WED)
10:30～11:30 ゆるデトックスヨガ CHIE ★	休 館 日	10:30～11:30 ヴィンヤサフローヨガ ゆな ★★★	10:30～11:30 ビギナーヨガ ゆな ★	10:30～11:30 老廃物を流すヨガ YUKARI ★★	10:30～11:30 集中力を高めるパワーヨガ Yuka ★★★	10:30～11:30 モーニングリフレッシュヨガ Yuka ★★	10:30～11:30 ゆるめりリラックスヨガ CHIE ★
12:00～13:00 疲労回復!リフレッシュヨガ CHIE ★★		12:00～13:00 ストレッチングヨガ ゆな ★	12:00～13:00 パワーヨガ ゆな ★★★	12:00～13:00 精神統一ヒーリングヨガ toyoko ★	12:00～13:00 心を開放するリラックスヨガ Yuka ★	12:00～13:00 小顔&首肩すっきりヨガ Yuka ★	12:00～13:00 代謝アップフローヨガ CHIE ★★
13:15～13:45 温活タイム		14:00～15:00 骨盤コンディショニングヨガ toyoko ★★	13:30～14:30 やさしいデトックスヨガ CHIE ★	13:30～14:15 コアトレピラティス toyoko ★★	13:15～14:00 温活タイム	13:30～14:30 柑橘の香りでデトックスヨガ MITSU ★★	13:15～13:45 アロマ 温活タイム
14:15～15:15 心も体もビューティーヨガ YUKARI ★		16:30～17:30 アロマビューティーヨガ Yuko ★	15:00～16:00 フローヨガ CHIE ★★	15:00～16:00 ストレッチ&フローヨガ RYO ★	14:30～15:30 リズム&全身エクササイズ Chi ★★	14:45～15:30 温活タイム	14:15～15:15 滝汗覚悟の引き締めヨガ YUKARI ★★★
16:00～17:00 ディープリラックスヨガ 市村 仁美 ★		19:00～20:00 リラックスヨガ Eri ★	16:15～17:00 温活タイム	16:30～17:30 脂肪燃焼!パワーヨガ RYO ★★★	16:00～17:00 巡りを良くする骨盤ヨガ CHIE ★★	16:00～17:00 柔軟性向上ストレッチ&ヨガ CHIE ★	16:00～17:00 基礎を丁寧にヨガビギナー Yuka ★
17:30～18:30 ベーシックパワーヨガ 市村 仁美 ★★		20:30～21:30 ベーシックヨガ Eri ★★	17:30～18:30 リラックスヨガ 淡川 麻智枝 ★	17:45～18:30 プラネタリウム 温活タイム	17:30～18:30 整う安眠ヨガ CHIE ★	17:30～18:30 チャレンジ!ヴィンヤサヨガ CHIE ★★★	17:30～18:30 猫背・巻き肩改善ヨガ Yuka ★★
10:00 - 19:00		10:00 - 22:00	10:00 - 19:00	10:00 - 19:00	10:00 - 19:00	10:00 - 19:00	10:00 - 19:00