

# Special 2026 JULY 20 *schedule*

10:30~11:30 目覚めスッキリヨガ  
★ 【ゆるホット】  
Yuka

12:00~13:00 冷房で冷えた体に血流改善ヨガ  
★★  
Yuka

13:30~14:30 筋膜ローラーほぐし&コンディショニング60  
★ ※定員25名  
ナオミ

14:45~15:30 温活タイム

16:00~17:00 ディープストレッチングヨガ  
★  
市村 仁美

17:30~18:30 脂肪燃焼フローヨガ  
★★  
市村 仁美

CALDO MINATOGAWA  
10:00~19:00