

2026年9月 祝日特別プログラム

9月21日(月・祝)

営業時間 9:30~19:30

10:00~11:00

アロマ
ストレッチングヨガ

SAYUKI



11:30~12:30

代謝覚醒!
パワーヨガ

Tae



13:00~13:30

ビギナーヨガ

※スクリーンレッスン



13:30~15:30

プラネタリウム
温活タイム

※途中入退室可能



16:00~17:00

ベーシックヨガ

Lisa



17:30~18:30

ビューティーヨガ

Lisa



※デイトタイム会員様は1,980円で
レッスンにご参加いただけます。

《レッスン説明》

代謝覚醒！パワーヨガ

全身を大きく動かし、
身体を内側から温めるレッスンです。
呼吸と動きを合わせながら、
たっぷり汗をかいて代謝を高めましょう！

プラネタリウム 温活タイム

幻想的な星空と心地よい温かさに包まれながら、
ゆったり過せる癒しの時間です。
日々の疲れを忘れて、
リラックスしたひとときをお過ごしください。