

祝日プログラム

※レッスン時間変更ございます。

営業時間 10:00~18:00

| ●5月3日(月) | ●5月4日(火) | ●5月5日(水) |
|---|---|--|
| 10:30~11:30(60分) (ホットスタジオ) ゆったりベーシックヨガ 松本 | 10:30~11:30(60分) (ストーンスタジオ) スタートアップホットヨガ 吉織 | 10:30~10:45(45分) (ストーンスタジオ) ベーシックホットヨガ 松本 |
| 11:00~11:45(45分) (ストーンスタジオ) コアホットヨガ 碧山 | 11:45~12:30(45分) (ホットスタジオ) くびれMAXエクササイズ 安原 | 12:10~13:10(45分) (ストーンスタジオ) リラックスセルフ 安原 |
| 12:15~13:00(45分) (ストーンスタジオ) フローヨガ 碧山 | 14:00~15:00(60分) (ストーンスタジオ) 脂肪燃焼ホットカキラ 高田 | 14:00~15:00(60分) (ストーンスタジオ) ゆったりホットヨガ 宇治本 |
| 14:00~15:00(60分) (ストーンスタジオ) 骨盤調整ホットヨガ Etsu | 16:15~17:00(45分) (ストーンスタジオ) (繰上げ) リラックス&シェイプホットヨガ 小林 | 16:15~17:00(45分) (ストーンスタジオ) (繰上げ) ホットピラティス 清水 |
| 16:15~17:15(60分) (ストーンスタジオ) (繰上げ) ベーシックフロー Mai | | |



箕面店

