

SCHEDULE

2017/9/1~9/30

| | 月 | | 火 | | 水 | | 木 | | 金 | | 土 | | 日 | |
|--------|-----------------------------|------------------------------|-----------------------------|----|----|----|----|----|----|------------------------|----|----|----|----|
| | 岩盤 | 常温 | 岩盤 | 常温 | 岩盤 | 常温 | 岩盤 | 常温 | 岩盤 | 常温 | 岩盤 | 常温 | 岩盤 | 常温 |
| 9:30~ | | | | | | | | | | | | | | |
| 10:00~ | | | 10:00~ 朝ヨガ Shieri | | | | | | | 10:00~ ベーシック Eri | | | | |
| 11:00~ | ※お店のオープンは 12:00~ | | | | | | | | | | | | | |
| 12:00~ | | | 12:00~ ベーシックB Daisuke | | | | | | | 11:30~ 前屈ヨガ Kana | | | | |
| 13:00~ | 12:30~ スタンディング Sumire | 12:30~ 180度開脚ヨガ Kana | | | | | | | | | | | | |
| 14:00~ | | | | | | | | | | | | | | |
| 15:00~ | | | | | | | | | | | | | | |
| 16:00~ | 16:00~ ヒーリング Sumire | | 16:30~18:00 閉館 | | | | | | | | | | | |
| 17:00~ | | 17:00~ リフレッシュ Minami | | | | | | | | | | | | |
| 18:00~ | | | | | | | | | | | | | | |
| 19:00~ | | | | | | | | | | | | | | |
| 20:00~ | 20:00~ ベーシックB Daisuke | 20:15~ マインドフルネス Shieri | 20:00~ スタンディング Sumire | | | | | | | | | | | |
| 21:00~ | | | | | | | | | | | | | | |

岩盤浴タイム。レッスン開始30分前から。 ★印はイベントレッスン 別途500円