GW 特別スケジュール 5/3〜5/6

	5/3(木) 岩盤	5/3(木) 常温	5/4(金) 岩盤	5/4(金) 常温	5/5(土) 岩盤	5/5(土) 常温	5/6(日) 岩盤	5/6(日) 常温
10:00〜	※ お店のオープンは10:00〜							
10:00〜	10:30-11:30 岩盤浴	10:30〜 チェアヨガ Shieri	10:30-11:30 岩盤浴	10:30〜 スタンディング Daisuke	★10:30〜 腸×ヨガ (80分) Eri		★10:30〜 リンパヨガ (80分) 男性もOK Kanako	
11:00〜						11:00〜 初めてのピラティス Daisuke		
12:00〜	★12:00〜 deepリラックス Daisuke		12:00〜 ハタ Miyuki		12:00-13:00 岩盤浴		12:00-13:00 岩盤浴	12:00〜 太陽礼拝分解レッスン Er＆Shierii
12:00〜						★12:30〜 Familyヨガ (80分) Minami＆Miyuki		
13:00〜	13:30-14:30 岩盤浴	13:30〜 Live Pilates K＆K＆E	13:30-14:30 岩盤浴	13:30〜 のびのびストレッチヨガ Daisuke	13:15-14:15 岩盤浴		13:30〜 ベーシック Mitsuhiro	
14:00〜					14:30〜 ベーシックB Miyuki			★14:00〜 ワークショップ バスボム作り (70分) アロマヨガ (80分) Kanako＆Eri
14:00〜							14:45-15:45 岩盤浴	
15:00〜	15:00〜 ハタ Mitsuhiro		★15:00〜 リンパヨガ (80分) 男性もOK Kanako		15:45-16:45 岩盤浴			
16:00〜	16:30-17:30 岩盤浴	16:30〜 初めてのピラティス Daisuke	16:30-17:30 岩盤浴			16:00〜 Live Pilates K＆K＆E	16:00〜 リラックス Minami	
17:00〜				17:30〜 太陽礼拝分解レッスン Eri＆Minami	17:30〜 ハタ Mitsuhiro			17:30〜 お腹引き締めピラティス Kana
18:00〜	★18:00〜 腸×ヨガ (80分) Eri	18:30〜 ｴﾅｼﾞｰﾁｬｰｼﾞ Kanako				18:00〜 スペシャル (70分) Minami	18:00〜 リフレッシュ Minami	
19:00〜			19:00〜 ヒーリング Minami		★〇19:30〜 ｷｬﾝﾄﾞﾙﾖｶﾞ (70分) Kana		※閉館は20:00	
20:00〜	★〇20:00〜 ｷｬﾝﾄﾞﾙﾖｶﾞ (70分) Kana		※閉館は21:00		※閉館は21:30			
21:00〜								