

日曜日・祝日レッスン予定表

| 2/17(日) | 2/24(日) |
|---|--|
| <p>10:30~11:30 サンデー朝ヨガ 60(EMI) 2F寝ころび処</p> | <p>10:30~11:30 サンデー朝ヨガ 60(TOMO) 2F寝ころび処</p> |
| <p>11:50~12:50 ほぐゆるストレッチ 60(EMI)</p> | <p>11:50~12:50 パワーヨガ 60(TOMO)</p> |
| <p>14:30~15:15 UBOUND 45(長橋)</p> | <p>14:30~15:15 BODYSTEP テック15+30(小林)</p> |
| <p>15:30~16:10 BAILABAILA 40(村山)</p> | <p>15:30~16:10 BAILABAILA 40(村山)</p> |

※朝ヨガ参加の方はフロントで整理券をお受け取り下さい。

※一般入館の方も岩盤浴+300円で朝ヨガに参加可能です。