

September

HOLIDAY SCHEDULE

9月21日 MONDAY	9月22日 TUESDAY	9月23日 WEDNESDAY
8:45 DOOR OPEN	8:45 DOOR OPEN	8:45 DOOR OPEN
9:00 ~ 10:00 お腹痩せ YOGA EMI	9:00 ~ 10:00 YOGA 美腸 MIZUHO	9:00 ~ 10:00 bionストレッチ &リセット MAKI
10:30 ~ 11:30 YOGA ベーシック MADOKA	10:30 ~ 11:30 YOGA 骨盤調整 NANAE	10:30 ~ 11:30 YOGA 美背中 Satomi
12:00 ~ 13:00 PILATES 美脚 SATSUKI	12:00 ~ 13:00 PILATES ベーシック IKUKO	12:00 ~ 13:00 YOGA リンパ Satomi
7月~9月限定	7月~9月限定	
13:30 ~ 14:30 夏風リカバリー YOGA SATSUKI	13:30 ~ 14:30 夏風リカバリー YOGA MARIKO	13:30 ~ 14:30 YOGA 美腸 EMI
15:00 ~ 16:00 猫背改善ストレッチ YOGA KANZAKI	15:00 ~ 16:00 bionストレッチ &リセット KAZUMI	15:00 ~ 16:00 肩こり首こり スッキリYOGA EMI
16:30 CLOSE	16:30 CLOSE	16:30 CLOSE

※祝日のためレッスン時間が異なります。お気を付けください。