

2026年ゴールデンウィーク 特別スケジュール 4月29日(水)～5月6日(水)

- 全レッスン、完全予約制です。ご予約は予約サイトにて受付しております。
- レッスン1時間後のキャンセルは1回分自動消化となります。フル・デイトム会員様はフロントにて1,100円
- 毎週木曜日は定休日となります。レッスン内容・担当の変更はWEB・館内掲示でお知らせします。
- 2週間先までのご予約が可能です。その後は1日ずつ公開となります。

	4/29(水)	5/3(日)	5/4(月)	5/5(火)	5/6(水)	
9:00						18*
	10:00 DOOR OPEN					
10:30	10:30～11:30 bion YOGA おなか痩せYOGA TSUGUKO	10:30～11:30 bion YOGA 骨盤調整 hinano	10:30～11:30 bion YOGA リンパ Satomi	10:30～11:30 ストレッチ &ビューティー MAKI	10:30～11:30 bion YOGA おなか痩せYOGA TSUGUKO	11:00
12:00	12:00～13:00 bion YOGA 美背中 TSUGUKO	12:00～13:00 ほぐして整える 筋膜ケアYOGA hinano	12:00～13:00 bion YOGA ベーシック Sayaka	12:00～13:00 bion YOGA 美脚&美尻 YUMIKO	12:00～13:00 bion YOGA 美背中 TSUGUKO	12:00
13:30	13:30～14:30 bion YOGA 骨盤調整 SHIZUKA	13:30～14:30 bion PILATES ベーシック SATSUKI	13:30～14:30 bion YOGA 骨盤調整 SHIZUKA	13:30～14:30 bion YOGA リラックス YUMIKO	13:30～14:30 bion YOGA 骨盤調整 SHIZUKA	13:30
15:00	15:00～16:00 ほぐして整える筋膜 ケアYOGA SHIZUKA	15:00～16:00 bion de ダイエット SATSUKI	15:00～16:00 bion YOGA リラックス SHIZUKA	15:00～16:00 bion YOGA 美背中 TSUGUKO	15:00～16:00 bion YOGA リラックス SHIZUKA	15:00
16:30	16:30～17:30 bion YOGA リラックス 木村 由夏	16:30～17:30 快眠 YOGA リラックス SATSUKI	16:30～17:30 bion PILATES ベーシック MIYABI	16:30～17:30 快眠 YOGA リラックス TSUGUKO	16:30～17:30 ほぐして整える筋膜 ケアYOGA YUMIKO	16:30
18:00	20:00 DOOR CLOSE					18:00

≪営業時間≫ 月～金 10:00～23:00
 土 10:00～21:00
 日・祝日 10:00～20:00

≪定休日≫ 毎週木曜日

スタジオへのご入室の際は、会話はお控えください。