

【SP:特別レッスン】

👑=トップインストラクター

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(水) 19:30-20:30	2	自律神経を整え穏やかな毎日へ～快腸に導くヨガ～	岩本葉月
11(土) 08:00-09:00	2	自律神経を整え穏やかな毎日へ～快腸に導くヨガ～	岩本葉月

【WS:プレミアムワークショップ(追加料金有)】

👑=トップインストラクター

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
4(土) 14:00-15:30	3	アーユルヴェティックヨガ～心身のこわばりを解き軽やかな春へ～	岩本葉月
8(水) 18:00-19:00	2.5	【¥2500】下半身整体ヨガ むくみ・冷えを流して脚スッキリ	👑 松本祐司

<ul style="list-style-type: none"> ○ … 常温レッスン ★ … マスターレッスン ◇ … スクリーンヨガ ◆ … 随園キックボクシング ▽ … ホイナビ 10分 … 10分講座 	<ul style="list-style-type: none"> ● … 体験レッスン予約可能 △ … アロマ使用レッスン × … 予約不要レッスン SP … 特別レッスン WS … プレミアムワークショップ(追加料金あり) 	<p>【注意事項】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●スケジュール、担当インストラクターは予告なく変更する場合がございますので、予めご了承ください。 ●レッスンの開始時間を過ぎてしまった場合はご受講いただけません。お時間に余裕をもってお越しください。
--	---	---

18:30-19:30
レッスン名
インストラクター名

10分

21:00-22:00
レッスン名
インストラクター名

10分



【PC/スマートフォン】 www.yoga-lava.com

LAVA会員様専用 予約ページ	オンラインストア Lapre	オンラインヨガ UCHIYOGA+	LINE 公式アカウント	Instagram	Twitter