

【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
9(土) 18:30-19:30	2.5	青空ヨガ教室?室内編	鈴木奈緒

【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
31(日) 11:30-13:00	3.5	【¥3000】アライメントヨガ~土台から肩関節へ繋ぐ鳩のポーズ~	👑 中畑美希

○ ... 常温レッスン	● ... 体験レッスン予約可能	【注意事項】 ●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。	
★ ... マスターレッスン	△ ... アロマ使用レッスン		
◇ ... スクリーンヨガ	× ... 予約不要レッスン		
◆ ... 困難キックボクシング	SP ... 特別レッスン		
マ ... ボイナビ	WS ... プレミアムワークショップ(追加料金あり)		
10分 ... 10分講座	10分		
レッスン前 10分講座	18:30-19:30 レッスン名 インストラクター名	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

