2026年4月レッスンスケジュール LAVA イオンタウン黒崎店(全スタジオ:女性専用)

※2026年04月26日02:00 出力時点の情報です。最新情報は予約サイトをご確認ください。下記には店舗でしか予約ができないレッスンが含まれています。

	1日(水)		2日(木)		3日(金)		4日(土)		5日(日)		6日(月)		7日(火)		8日(水)		9日(木)		10日(金)		11日(土)		12日(日)	
	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ
	●09:30-10:30 ネイチャー 市原	09:50-10:40 ◎ピラB+ 森嶋	09:30-10:30 ニノウデ 森園	●09:50-10:40 ◎ピラWaist+ 黒瀬	10分 09:30-10:45 MYB 嘉藤	●09:50-10:40 ◎ピラLower+ 森嶋	●09:30-10:30 ヨガB 立石	●09:50-10:40 ◎ピラUpper+ 嘉藤	●09:30-10:30 美尻 白井	09:50-10:40 ◎ピラB+ 嘉藤	●09:30-10:30 お腹 市原	10分 10:00-10:30 ◎ピラRefCore 森嶋	●09:30-10:30 ヨガB 立石	●09:50-10:40 ◎ピラUpper+ 市原	09:30-10:30 サウンドA 嘉藤	10分 ●09:50-10:40 ◎ピラH&L+ 黒瀬	09:30-10:30 ハーモニックBY 古橋	●09:50-10:40 ◎ピラLower+ 森嶋	10分 09:30-10:30 上半身スッキリ中級 田尻	●09:50-10:40 ◎ピラB&A+ 市原	●09:30-10:30 背中美人 白井	09:50-10:40 ◎ピラWaist+ 森嶋	09:30-10:30 ヨガフローB 森嶋	●09:50-10:40 ◎ピラLower+ 市原
	11:00-12:00 ヨガB 立石	●11:20-12:10 ◎ピラUpper+ 森嶋	●11:00-12:00 リンパリフレッシュ 森園		●11:30-12:30 骨盤 嘉藤	●11:20-12:10 ◎ピラB&A+ 黒瀬	●11:10-12:10 美腸力 森園	10分 11:20-11:50 ◎ピラRefBody 黒瀬	●11:10-12:10 リラックス 森嶋	●11:20-12:10 ◎ピラLower+ 嘉藤	11:00-12:00 エナジー 森園	●11:20-12:10 ◎ピラB+ 森嶋	11:00-12:00 PW初級 森園	●11:20-12:10 ◎ピラWaist+ 黒瀬	●11:00-12:00 ヨガフローリラ 嘉藤	11:20-11:50 ◎ピラRefBody 黒瀬	●11:00-12:00 美律 古橋	11:20-11:50 ◎ピラRefBody 黒瀬	11:00-12:00 ジョイフル 森園		●11:10-12:10 リラックス 森嶋	●11:20-12:10 ◎ピラB+ 嘉藤	●11:10-12:10 肩こり 白井	●11:20-12:10 ◎ピラUpper+ 森嶋
	●12:30-13:30 お腹 市原	10分		●12:20-13:10 ◎ピラH&L+ 黒瀬			12:50-13:50 サウンドA 嘉藤		●12:50-13:50 ヨガB 立石		12:30-13:30 カラダほぐし 森園	12:50-13:40 ◎ピラUpper+ 市原	12:30-13:30 AMY 森園	10分	●12:20-13:10 ◎ピラB&A+ 市原	●12:30-13:30 ヨガB 立石		●12:30-13:30 ヨガフロー 森嶋		●12:20-13:10 ◎ピラLower+ 市原	●12:50-13:50 美尻 白井		●12:50-13:50 ヨガフローリラ 嘉藤
			●13:30-14:30 ヨガB 立石		●13:30-14:30 リラックス 森嶋		●14:30-15:30 ニノウデ 森園						●14:30-15:30 ヨガB 立石			●14:00-14:50 ◎ピラUpper+ 嘉藤		10分 ●14:30-15:20 ◎ピラWaist+ 嘉藤	14:00-15:00 ネイチャー 田尻		●14:30-15:45 MYB 嘉藤	●13:30-14:20 ◎ピラH&L+ 黒瀬		
	●15:00-16:00 美脚 白井	10分		●15:00-15:50 ◎ピラB+ 黒瀬	●16:00-17:00 リンパリフレッシュ 嘉藤			●15:50-16:40 ◎ピラB+ 黒瀬	●15:10-16:10 背中美人 白井	15:50-16:40 ◎ピラB+ 黒瀬			16:20-17:30 ★前屈 白井		10分 ●15:00-16:00 お腹 市原		●15:30-16:30 ネイチャー 古橋		●16:30-17:30 肩こり 田尻			●15:10-16:10 骨盤 市原	15:40-16:30 ◎ピラLower+ 黒瀬
	●16:00-17:00 ヨガB 立石	●16:50-17:40 ◎ピラLower+ 市原					●16:50-17:50 ヨガB 立石	●17:20-18:10 ◎ピラUpper+ 森嶋	●16:50-17:50 お腹 森嶋	●17:20-18:10 ◎ピラH&L+ 黒瀬								●16:50-17:40 ◎ピラUpper+ 嘉藤		●16:50-17:40 ◎ピラH&L+ 黒瀬	●16:50-17:50 ニノウデ 森嶋	17:20-17:50 ◎ピラRefBody 黒瀬	●16:50-17:50 リンパリフレッシュ 森嶋	●17:20-18:10 ◎ピラWaist+ 黒瀬
	18:00-19:00 開脚 白井	18:20-19:10 ◎ピラWaist+ 嘉藤	●18:00-19:00 カラダほぐし 白井	18:20-19:10 ◎ピラB&A+ 市原	●18:00-19:00 上半身スッキリ初級 白井	18:20-19:10 ◎ピラLower+ 市原	18:30-19:30 ジョイフル 森園		18:30-19:30 開脚 白井		10分 18:00-19:00 サウンドE 嘉藤	●18:20-19:10 ◎ピラLower+ 黒瀬	●18:00-19:00 美脚 白井	18:20-18:50 ◎ピラRefCore 森嶋	18:00-19:00 上半身スッキリ初級 白井	18:20-19:10 ◎ピラB&A+ 市原	10分 18:00-19:00 PW初級 白井	18:20-19:10 ◎ピラB+ 黒瀬	●18:00-19:00 ヨガフローリラ 嘉藤		●18:30-19:30 ヨガB 立石	●18:30-19:30 カラダほぐし 白井	
	●19:30-20:30 美尻 白井	19:50-20:20 ◎ピラRefCore 嘉藤	19:30-20:30 AMY 森園	●19:50-20:40 ◎ピラUpper+ 市原	19:30-20:30 エナジー 森嶋	●19:50-20:40 ◎ピラB&A+ 市原					19:30-20:30 PW中級 白井	●19:50-20:40 ◎ピラB+ 嘉藤	●19:30-20:30 美腸力 森園	●19:50-20:40 ◎ピラWaist+ 森嶋	19:30-20:30 開脚 白井	●19:50-20:40 ◎ピラUpper+ 市原	●19:30-20:30 肩こり 白井	●19:50-20:40 ◎ピラH&L+ 黒瀬	10分 19:30-20:30 ネイチャー 市原	10分 ●19:50-20:40 ◎ピラB+ 黒瀬			
	21:00-22:00 SP 嘉藤		●21:00-22:00 肩こり 白井		●21:00-22:00 美脚 白井						●21:00-22:00 背中美人 白井		●21:00-22:00 美尻 白井		●21:00-22:00 カラダほぐし 白井		21:00-22:00 ジョイフル 森園		●21:00-22:00 リンパリフレッシュ 嘉藤					

13日(月)		14日(火)		15日(水)		16日(木)		17日(金)		18日(土)		19日(日)		20日(月)		21日(火)		22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)	
Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	－	－	－	Aスタジオ	Bスタジオ
09:30–10:30 AMY 森園	●09:50–10:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 市原	10分 09:30–10:30 開脚 市原	●09:50–10:40 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 黒瀬	●09:30–10:30 ﾈｲﾁｬｰ 市原	●09:50–10:40 ◎ﾋﾞﾗB+ 森嶋	●09:30–10:30 ﾖｶﾞB 立石	●09:50–10:40 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 森嶋	09:30–10:30 ｴﾅｼﾞｰ 森園	●09:50–10:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 市原	●09:30–10:30 骨盤 市原	09:50–10:40 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 黒瀬	09:30–10:30 上半身ｽｯｷﾘ初級 白井	09:50–10:20 ◎ﾋﾞﾗRefCore 森嶋	09:30–10:30 美尻 森園	●09:50–10:40 ◎ﾋﾞﾗB+ 黒瀬	●09:30–10:30 お腹 市原	09:50–10:40 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 黒瀬	臨時休業	臨時休業	臨時休業	09:30–10:30 PW初級 白井	09:50–10:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 嘉藤
●11:00–12:00 ﾘﾝﾊﾟﾘﾌﾚｯｼｭ 森園		●11:00–12:00 ﾖｶﾞB 立石	11:20–12:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 市原	11:00–12:00 ｼﾞｮｲﾌﾙ 森園	11:20–12:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 市原	11:00–12:00 PW中級 白井		●11:00–12:00 美脚 森園	●11:20–12:10 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 黒瀬	11:10–12:10 ﾖｶﾞﾌﾛｰB 森嶋	●11:20–12:10 ◎ﾋﾞﾗB+ 黒瀬	●11:10–12:10 ﾖｶﾞB 立石	●11:20–12:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 森嶋	11:00–12:00 AMY 森園		●11:00–12:00 ﾘﾝﾊﾟﾘﾌﾚｯｼｭ 森園	●11:20–12:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 黒瀬				●11:10–12:10 ｶﾗﾀﾞ ほぐし 白井	●11:20–12:10 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 嘉藤
●12:30–13:30 ﾆﾉｳﾃﾞ 森嶋	●12:20–13:10 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 市原	●12:30–13:30 背中美人 白井	13:40–14:10 ◎ﾋﾞﾗRefBody 黒瀬	●12:30–13:30 ﾘﾝﾊﾟﾘﾌﾚｯｼｭ 森園	●12:50–13:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 森嶋	●12:30–13:30 肩こり 白井	●12:20–13:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 森嶋	●12:30–13:30 お腹 市原	●13:40–14:30 ◎ﾋﾞﾗB+ 黒瀬	12:50–13:50 ｻｳﾝﾄﾞE 嘉藤	●13:10–14:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 森嶋	●12:50–13:50 美尻 白井		12:30–13:30 ﾖｶﾞB 立石	12:20–12:50 ◎ﾋﾞﾗRefBody 黒瀬	●12:40–13:40 骨盤 市原				●12:50–13:50 ﾖｶﾞB 立石	
●14:00–15:00 ﾖｶﾞB 立石	10分	14:30–15:30 ｻｳﾝﾄﾞE 嘉藤		10分 15:00–15:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 黒瀬		10分 ●15:30–16:30 ﾘﾗｯｸｽ 森嶋		●14:30–15:30 美尻 白井	●16:10–17:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 黒瀬	●14:30–15:30 ﾈｲﾁｬｰ 市原	●15:50–16:40 ◎ﾋﾞﾗB+ 嘉藤	●15:10–16:10 ﾖｶﾞB 立石	15:50–16:40 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 市原	●16:50–17:50 ｻｳﾝﾄﾞA 嘉藤	●17:20–18:10 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 黒瀬	10分 ●14:10–15:00 ◎ﾋﾞﾗB+ 黒瀬	●15:30–16:30 美尻 森園				15:10–16:10 ｻｳﾝﾄﾞA 嘉藤	15:50–16:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 黒瀬
●16:00–17:00 お腹 市原		●16:00–17:00 ｶﾗﾀﾞ ほぐし 森園		17:45–19:00 MYB 嘉藤				10分 18:00–19:00 PW初級 白井		●16:50–17:50 ﾘﾗｯｸｽ 森嶋	●17:20–18:10 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 黒瀬	16:50–17:50 ｻｳﾝﾄﾞA 嘉藤	●17:20–18:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 市原	10分							16:50–17:50 ﾆﾉｳﾃﾞ 森嶋	17:20–17:50 ◎ﾋﾞﾗRefBody 黒瀬
●18:00–19:00 美尻 白井	18:20–19:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 森嶋	●18:00–19:00 肩こり 白井	●18:20–19:10 ◎ﾋﾞﾗB+ 黒瀬		18:20–19:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 黒瀬	●18:00–19:00 ﾖｶﾞB 立石	18:20–19:10 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 嘉藤			●18:30–19:30 お腹 市原		18:30–19:30 SP 嘉藤		18:00–19:00 SP 嘉藤	●18:20–19:10 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 森嶋	18:00–19:00 ﾘﾝﾊﾟﾘﾌﾚｯｼｭ 森園	18:20–19:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 森嶋				18:30–19:30 ｴﾅｼﾞｰ 森嶋	
19:30–20:30 ﾖｶﾞﾌﾛｰB 森園	●19:50–20:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 森嶋	●19:30–20:30 ﾖｶﾞB 立石	●19:50–20:40 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 嘉藤	●19:30–20:30 お腹 市原	19:50–20:20 ◎ﾋﾞﾗRefBody 黒瀬	19:30–20:30 ﾆﾉｳﾃﾞ 森園	●19:50–20:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 嘉藤	●19:30–20:30 ｶﾗﾀﾞ ほぐし 白井						●19:30–20:30 ﾖｶﾞﾌﾛｰﾘﾗ 嘉藤	●19:50–20:40 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 市原	19:30–20:30 ｼﾞｮｲﾌﾙ 森園	●19:50–20:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 森嶋					
●21:00–22:00 美脚 白井		●21:00–22:00 上半身ｽｯｷﾘ初級 白井		●21:00–22:00 ﾖｶﾞﾌﾛｰﾘﾗ 嘉藤		21:00–22:00 AMY 森園		●21:00–22:00 美腸力 森園						●21:00–22:00 ﾘﾗｯｸｽ 森嶋		●21:00–22:00 ﾖｶﾞB 立石						

26日(日)		27日(月)		28日(火)		29日(水)		30日(木)	
Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ
●09:30-10:30 ﾖｶﾞB 立石	09:50-10:40 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 黒瀬	●09:30-10:30 ﾖｶﾞﾋﾞｷﾞﾅｰ 白浜	●09:50-10:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 黒瀬	09:30-10:30 ｴﾅｼﾞｰ 森嶋	09:50-10:20 ◎ﾋﾞﾗRefBody 黒瀬	09:30-10:30 ﾘﾗｯｸｽ 森嶋	09:50-10:40 ◎ﾋﾞﾗB+ 嘉藤	●09:30-10:30 ﾎｯﾄﾋﾟﾗ 賀来	●09:50-10:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 森嶋
11:10-12:10 ｼﾞｮｲﾌﾙ 市原	●11:20-12:10 ◎ﾋﾞﾗB+ 黒瀬	●11:00-12:00 上半身ｽｯｷﾘ初級 白井		●11:00-12:00 ﾘﾝﾊﾟﾘﾌﾚｯｼｭ 森嶋	●11:20-12:10 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 黒瀬	●11:10-12:10 ﾆﾉｳﾃﾞ 森嶋	●11:20-12:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 嘉藤	11:00-12:00 SP 嘉藤	
●12:50-13:50 ﾘﾗｯｸｽ 森嶋		12:30-13:30 ｻｳﾝﾄﾞE 白浜	●12:20-13:10 ◎ﾋﾞﾗB+ 黒瀬	●12:30-13:30 ﾖｶﾞB 立石		●12:50-13:50 ﾈｲﾁｬｰ 市原		●12:30-13:30 骨盤 嘉藤	●12:20-13:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 黒瀬
●14:30-15:30 ﾈｲﾁｬｰ 市原	14:40-15:10 ◎ﾋﾞﾗRefCore 嘉藤	●14:00-15:00 ﾖｶﾞﾌﾛｰﾘﾗ 嘉藤			●14:30-15:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 市原	15:10-16:10 骨盤 市原		●14:00-15:00 美律 賀来	
	●15:50-16:40 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 黒瀬	●15:30-16:30 ﾖｶﾞB 立石		16:30-17:30 WS 松本			●15:50-16:40 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 嘉藤		●16:00-16:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 嘉藤
16:50-17:50 ﾖｶﾞﾌﾛｰﾘﾗ 嘉藤	●17:20-18:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 市原					●16:50-17:50 お腹 森嶋	●17:20-18:10 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 市原		
●18:30-19:30 ﾘﾝﾊﾟﾘﾌﾚｯｼｭ 森嶋		●18:00-19:00 ﾈｲﾁｬｰ 市原	18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗB+ 嘉藤	18:00-19:00 WS 松本	18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 市原	●18:30-19:30 ﾖｶﾞB 立石		●18:00-19:00 背中美人 白井	
		●19:30-20:30 肩こり 白井	●19:50-20:40 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 嘉藤	19:30-20:30 PW初級 白井	●19:50-20:40 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 市原			●19:30-20:30 ﾆﾉｳﾃﾞ 森嶋	●19:50-20:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 黒瀬
		●21:00-22:00 お腹 市原		●21:00-22:00 美尻 白井				21:00-22:00 PW中級 白井	

【通常レッスン】

強度	レッスン名		時間
1.5	ﾘﾗｯｸｽ	リラックスヨガ	60分
1.5	ﾘﾝﾊﾟﾘﾌﾚｯｼｭ	リンパリフレッシュヨガ	60分
1.5	ｶﾗﾀﾞほぐし	カラダほぐしヨガ	60分
1.5	ﾊｰﾓﾆｯｸBY	ハーモニックブリージングヨガ	60分
2	美律	美律ホルモンヨガ	60分
2	ﾖｶﾞﾋﾞｷﾞﾅｰ	ヨガビギナー	60分
2	ﾖｶﾞﾌﾛｰﾘﾗ	ヨガフローリラックス	60分
2	美腸力	美腸力ヨガ	60分
2	上半身ｽｯｷﾘ初級	上半身スッキリヨガ初級	60分
2.5	ﾖｶﾞB	ヨガベーシック	60分
2.5	肩こり	肩こり改善ヨガ	60分
2.5	背中美人	背中美人ヨガ	60分
2.5	ﾈｲﾁｬｰ	ネイチャーフィールヨガ	60分
2.5	ﾎｯﾄﾋﾟﾗ	ホットピラティス	60分
2.5	AMY	Asian Music Yoga	60分
3	骨盤	骨盤筋整ヨガ	60分
3	PW初級	パワーヨガ初級	60分
3	お腹	お腹引き締めヨガ	60分
3	美脚	美脚ヨガ	60分
3	ｻｳﾝﾄﾞA	サウンドフローヨガ　アクティブ	60分
3	美尻	美尻ヨガ	60分
3	ｻｳﾝﾄﾞE	サウンドフローヨガ　エモーション	60分
3	ﾆﾉｳﾃﾞ	ほっそりニの腕ヨガ	60分
3	上半身ｽｯｷﾘ中級	上半身スッキリヨガ中級	60分
3.5	ﾖｶﾞﾌﾛｰB	ヨガフローベーシック	60分
3.5	開脚	開脚フローヨガ	60分
3.5	ｼﾞｮｲﾌﾙ	ジョイフルヨガ	60分
3.5	MYB	Music Yoga Burning	75分
4	PW中級	パワーヨガ中級	60分
4	ｴﾅｼﾞｰ	エナジーヨガ	60分

【マスターレッスン】※累計20回以上受講しているマンスリー会員様限定レッスン

強度	レッスン名		時間
1.5	★前屈	～前屈編～柔軟性UPのマル秘メソッド	70分

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		時間
2.5	◎ﾋﾞﾗLower+	Lower Body Make-up＋	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗUpper+	Upper Body Make-up＋	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗB+	Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗRefBody	Refresh Body	30分
3	◎ﾋﾞﾗH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞﾗRefCore	Refresh Core	30分
3.5	◎ﾋﾞﾗWaist+	Waist Shape＋	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗB&A+	Back&Arms+	50分

【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)	21:00-22:00	2.5	ねじねじヨガ	嘉藤彩乃
19(日)	18:30-19:30	2.5	ねじねじヨガ	嘉藤彩乃
20(月)	18:00-19:00	3	太もも引き締めヨガ	嘉藤彩乃
30(木)	11:00-12:00	2.5	ねじねじヨガ	嘉藤彩乃

【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
28(火)	16:30-17:30	2	【￥2500】首肩整体ヨガ｜肩甲骨調整で左右差・歪みケア	松本祐司
28(火)	18:00-19:00	2	【￥2500】股関節整体ヨガ｜詰まり解消で柔軟性を引き出す	松本祐司

◎ … 常温レッスン
★ … マスターレッスン
◇ … スクリーンヨガ
◆ … 暗闇キックボクシング
▽ … ボイナビ
10分 … 10分講座

● … 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)

【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。

LAVA
HOT YOGA STUDIO

【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