

14日(土)		15日(日)		16日(月)		17日(火)		18日(水)		19日(木)		20日(金)		21日(土)		22日(日)		23日(月)		24日(火)		25日(水)		26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	Aスタジオ	Bスタジオ										
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—														—					
						—			</																

○ … 常溫レッスン	● … 体験レッスン予約可能	【注意事項】
★ … 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	● 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。
◆ … 扉間キックボクシング	SP … 特別レッスン	● レッソンの開始時間を過ぎてしまった 場合はご愛議いただけません。 お時間に余裕をもってお越しください。
▽ … ポイナビ	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	
レッスン後 10分講座	21:00-22:00 レッスン名 インストラクター名	
	10分	



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

