







【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
8(水) 09:30-10:30	1.5	心を満たす YinYoga	武田みゆな
10(金) 11:00-12:00	2.5	1day セミパーソナルリトリート	久保成美
15(水) 15:30-16:30	1.5	心を満たす YinYoga	武田みゆな
26(日) 14:00-15:00	1.5	心を満たす YinYoga	武田みゆな

○ ... 常温レッスン	● ... 体験レッスン予約可能	<b>【注意事項】</b> ●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 ... 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	21:00-22:00 レッスン名 インストラクター名
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
		10分



【PC/スマートフォン】 [www.yoga-lava.com](http://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