

【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
5(月) 09:30-10:30	2.5	モーニングフローヨガ	横田佳代子
7(水) 09:30-10:30	2	季節のメンテナンスヨガ	横田佳代子
8(木) 12:30-13:30	2.5	モーニングフローヨガ	横田佳代子
13(火) 09:30-10:30	2.5	モーニングフローヨガ	横田佳代子
15(木) 09:30-10:30	2	季節のメンテナンスヨガ	横田佳代子
20(火) 09:30-10:30	2	季節のメンテナンスヨガ	横田佳代子
26(月) 09:30-10:30	2	季節のメンテナンスヨガ	横田佳代子
27(火) 12:30-13:30	2.5	モーニングフローヨガ	横田佳代子
28(水) 12:30-13:30	1	【オイル持参】アークヴェーダオイルマッサージ	横田佳代子
30(金) 09:30-10:30	0.5	【14000円4時間】天然石プレスレット作りWS	横田佳代子

<ul style="list-style-type: none"> ○ ... 常溫レッスン ★ ... マスターレッスン ◇ ... スクリーンヨガ ◆ ... 隔週キックボクシング ▽ ... ポイナビ 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愛顧いただけません。お時間に余裕をもってお越しください。
--	---	---

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



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

