

【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(月) 17:00-18:00	2	下半身を軽くする リフレッシュフローヨガ	👑 松本祐司

【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
8(月) 18:30-19:30	2	【¥2500】経絡整体ヨガ 肝・胆経で奇立ち解放&デトックス	👑 松本祐司
14(日) 13:30-14:40	5	【¥2400】BORN TO YOG~70min~(常温)	👑 佐藤華蓮
21(日) 12:00-13:30	2.5	【¥4000】これってあってる?ヨガの基本のポーズで変化を体感★	👑 文蔵彩香

- ... 常温レッスン
- ★ ... マスターレッスン
- ◇ ... スクリーンヨガ
- ◆ ... 随園キックボクシング
- ▽ ... ポイナビ
- ... 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。

10分 ... 10分講座
 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

10分 ... 10分講座
 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



【PC/スマートフォン】 www.yoga-lava.com

LAVA会員様専用

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

