

【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
14(月) 09:00-10:00	3	ENGLISH YOGA	芝野可奈子
16(水) 19:00-20:00	4	コアパワーヨガ～心身の強さと精神力を養う～	👑 松本祐司
22(火) 09:00-10:00	1.5	FEEL YOGA	芝野可奈子
25(金) 10:00-11:00	2.5	1DAYリトリート	富田望美
29(火) 10:30-11:30	3	ENGLISH YOGA	芝野可奈子

【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
13(日) 13:30-14:40	2.5	【¥1200】のびのびくびれヨガ70	👑 物江麻衣子
13(日) 15:00-16:30	1.5	【¥2400】内側を覗くための陰ヨガ	👑 物江麻衣子
16(水) 17:30-18:30	3	【¥2000】アナトミック骨盤ヨガと肩関節ヨガ	👑 松本祐司
19(土) 10:30-12:00	2	【¥3600】ヒトモデルヨガ(90)	👑 杉浦博敬

<ul style="list-style-type: none"> ○ … 常温レッスン ★ … マスターレッスン ◇ … スクリーンヨガ ◆ … 羅蘭キックボクシング ▽ … 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。 ● レッソ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。
--	---	---

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



【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