







【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
20(金) 09:30-10:30	2.5	メモリアル・フローヨガ	長岩嘉苗
20(金) 18:00-19:00	2.5	メモリアル・フローヨガ	長岩嘉苗
25(水) 21:00-22:00	3.5	代謝UPフローヨガ“Choose for yourself”	👑 今尾碧
27(金) 09:00-10:00	2.5	【13000円】【3時間WS】Basic+徹底解説講座	出原加奈
27(金) 14:00-15:00	2.5	【13000円】【3時間WS】Basic+徹底解説講座	出原加奈
27(金) 14:30-15:30	2	【追加料金】THANKSリトリート	吉川泉水
27(金) 19:00-20:00	2	【追加料金】THANKSリトリート	吉川泉水
27(金) 19:00-20:00	2.5	【13000円】【3時間WS】Basic+徹底解説講座	出原加奈

【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
9(月) 14:00-15:30	4.5	【¥3500】タオル一枚で腸腰筋フル稼働ヨガ-Deep Flow-	👑 中西春城

<ul style="list-style-type: none"> <li>○ ... 常温レッスン</li> <li>★ ... マスターレッスン</li> <li>◇ ... スクリーンヨガ</li> <li>◆ ... 羅蘭キックボクシング</li> <li>▽ ... ポイント</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ... 体験レッスン予約可能</li> <li>△ ... アロマ使用レッスン</li> <li>× ... 予約不要レッスン</li> <li>SP ... 特別レッスン</li> <li>WS ... プレミアムワークショップ(追加料金あり)</li> </ul>	<p><b>【注意事項】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●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。</li> <li>●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。</li> </ul>
---	---	---

  

<p>18:30-19:30 レッスン名 インストラクター名</p> <p>10分</p>	<p>21:00-22:00 レッスン名 インストラクター名</p> <p>10分</p>
---	---



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

