

※2026年10月22日02:03 出力時点の情報です。最新情報は予約サイトをご確認ください。下記には店舗でしか予約ができないレッスンが含まれています

[illegible]

【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(水)	18:00-19:00	2.5	メリハリボディラインヨガ
23(金)	09:00-10:00	3	【3時間12000円】肩甲骨と股関節の運動を知るWS
23(金)	14:00-15:00	3	【3時間12000円】肩甲骨と股関節の運動を知るWS
23(金)	19:00-20:00	3	【3時間12000円】肩甲骨と股関節の運動を知るWS
24(土)	19:00-20:00	3	【3時間12000円】肩甲骨と股関節の運動を知るWS

【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
10(土)	13:30-15:30	4	【 ¥6000 】ヒトモデルヨガ(120)	 杉浦博敬

○

… 常溫レッスン

★

… マスターレッスン

◇

… スクリーンヨガ

◆

… 距離キックボクシング

▽

… ボイナビ

10分

… 10分講座

●

… 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)

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

10分

【 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。



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











