

【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
👑担当インストラクター

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
17(金) 10:30-11:40	2.5	【¥2500】股関節整体ヨガ:柔軟性と安定性のバランスへ	👑 松本祐司
17(金) 12:20-13:30	1.5	【¥2500】首・肩解放 整体ヨガ ~首・肩周りの歪み改善へ~	👑 松本祐司
30(木) 12:00-13:30	3.5	【¥3000】古典ハタヨガテクニクー股関節一	👑 矢後恵莉佳

<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 ◆ ... 産前キックボクシング ▽ ... 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。
<p>レッスン前 10分講座</p> <p>18:30-19:30 レッスン名 インストラクター名</p>	<p>レッスン後 10分講座</p> <p>21:00-22:00 レッスン名 インストラクター名</p>	



【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