

【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
2(月) 20:00-21:00	3	体幹upメリハリボディヨガ	金里莉奈
6(金) 20:00-21:00	2	疲れを癒すマインドリセットヨガ	金里莉奈
10(火) 18:00-19:00	2	1dayリトリート	神谷京奈
15(日) 18:30-19:30	3	【1day】ピラティスセミパーソナル	神谷京奈
17(火) 10:00-11:00	3	【1day】ピラティスセミパーソナル	山崎聖矢加
19(木) 17:40-18:40	3	体幹upメリハリボディヨガ	金里莉奈
23(月) 13:00-14:00	2	スポーツフェスティバル	金里莉奈
24(火) 19:00-20:00	2	1dayリトリート	石垣美海

<ul style="list-style-type: none"> ○ ... 常連レッスン ★ ... マスターレッスン ◇ ... スクリーンヨガ ◆ ... 種痘キックボクシング ▽ ... 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。
--	---	---

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

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



【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

