



ゴールデンウィーク 営業日・スケジュールのご案内

■スタジオスケジュール

4月30日（火祝）

10：20～11：20 脚・腰・背中コンディショニング	☆1	担当：SAORI
11：40～12：40 ピラティスベーシック	☆1.5	担当：SAORI
13：00～14：15 パワーヨガ	☆3	担当：SAORI

5月1日（水祝）

10：20～11：20 背骨・肩甲骨コンディショニング	☆1	担当：大森
11：40～12：55 ゆったりフローヨガ	☆1.5	担当：美由紀
13：15～14：30 心身回復ヨガ	☆1	担当：美由紀

5月2日（木祝）

9：00～10：15 朝ヨガ（8：40から入室可）	☆1.5	担当：NAMI
10：40～11：40 ヒップコンディショニング	☆1	担当：大森
12：00～13：30 体幹ヨガ90（ヨガ+ピラティスベーシック）	☆1.5	担当：SAORI

5月6日（月祝）

9：00～10：15 朝ヨガ（8：40から入室可）	☆1.5	担当：AIKO
10：40～11：55 前屈コンディショニング75	☆1.5	担当：近澤

■コンディショニングルーム/スポーツ鍼灸

営業日：5月1日（水祝）、5月2日（木祝）

時間：10時～15時

■ご案内

4月27日（土）は通常スケジュールにて営業致します。

特別休業日：4月29日（月祝）、5月3日（金祝）、5月4日（土祝）

GW期間中（4/27～5/6）のフロント受付は10～15時までとさせていただきます。