

1月のレッスンスケジュール

金曜日		土曜日		日曜日	
HOT YOGA	常温 studio	HOT YOGA	常温 studio	HOT YOGA	常温
5	●18:30-19:45 アシュタンガ ベーシック (万里子先生)	6 ●9:45-11:00 ホットリプル (美和先生) ●11:10-12:25 ホットリプル (美和先生)	●11:00-12:15 リラックスリプル (万里子先生)	7	
12	●18:30-19:45 アシュタンガ ハーフ (万里子先生)	13 ●9:45-11:00 ホットリプル (汐美先生) ●11:10-12:25 ホットリプル (汐美先生)	●11:00-12:15 リラックスリプル (万里子先生)	14 ●11:10-12:25 ホットリプル (汐美先生)	
19	●18:30~19:45 アシュタンガ ハーフ (万里子先生)	20 ●9:45-11:00 ホットリプル (美和先生) ●11:10-12:25 ホットリプル (美和先生)	リラックスリプル 休講	21	
26 ●18:50-20:05 ホットリラック スリプル (万里子先生)		27 ●9:45-11:00 ホットリプル (美和先生) ●11:10-12:25 ホットリプル (美和先生)	●11:00-12:15 リラックスリプル (万里子先生)	28 ●11:10-12:25 ホットリプル (汐美先生)	

お知らせ・連絡等

◆金曜のレッスンを担当していた藤井先生が12月いっぱい講師をやめることになりました。1月よりレッスンスケジュールが以下のように変更になります。

1・木曜の夜の汐美先生のホットリプルが月2回から月4回になります。
(1月は3回です)

2・金曜アシュタンガが2月より月2回となります。

3・2月より金曜夜に陶板浴室にてリラックスホットリプル2回開講となります。(1月はアシュタンガ3回・リラックスホットリプル1回です)

4・日曜のホットリプル1月より汐美先生が担当します。

◆1月より陶板浴室使用料が600円(1回)となります。メンズヨガは750円です。

※体験レッスン
随時できます。お申込みはG-spa受付まで!

キャンペーン

入会キャンペーン
1月ご入会キャンペーン開催
通常¥3000→入会金¥0
とお得です!
登録料が1500円かかりません。