

【完全予約制】

女性限定プログラム 定員各10名

2019年7月～

月	火	水	木	金	土	日
	スッキリボディEX 9:30～10:30 山田	ベーシックヨガ 9:30～10:30 田島			ベーシックヨガ 10:00～11:00 田島	
		ヨガ 11:00～12:00 河合	リラックス健康ヨガ 10:30～11:30 shinobu			ベーシックヨガ 11:30～12:30 田島
艶肌 11:35～12:35 岸川					ピラティス 12:15～13:00 キアラ コラーゲンシャワー	
	美彩心 12:30～13:30 松本			コアリラックス 13:30～14:15 松本 コラーゲンシャワー	アーユルヴェーダ 13:30～14:30 STAFF	リンパリラックス 14:00～15:00 まさえ
			ボディコンディショニング 14:45～15:45 CHIKA	スッキリボディ EX 15:00～16:00 山田		
	ボディメイキング 15:30～16:30 長野					
ピラティス 18:30～19:15 キアラ コラーゲンシャワー		美彩心 18:30～19:30 大村	リンパリラックス 18:30～19:30 まさえ	アーユルヴェーダ 18:45～19:45 STAFF		営業終了～19:00
ベーシックヨガ 20:00～21:00 川口			機能改善ヨガ 20:00～21:00 mayumi			
	ピラティス 21:30～22:15 奥村 コラーゲンシャワー			骨盤エクササイズ 21:00～22:00 堤	営業終了～21:00	