

HOT YOGA STUDIO HAKU

9月祝日プログラム

9/22(火)

9:30～10:30

骨盤スリムヨガ

フェイスタオルをご持参ください

吉川 IR ★



11:00～12:00

ヨガ&コアティス

中村 IR ★★★



12:30～13:30

簡単ボディメイク

中村 IR ★★



14:00～15:30

岩盤浴

90分

9/23(水)

9:30～10:30

ホットピラティス

TOMO IR ★



11:00～12:00

ストレッチヨガ

TOMO IR ★



12:30～14:00

岩盤浴

90分



14:30～15:30

岩盤浴

60分

会員様マイページより、ご予約をお願いします。
祝日営業時間となりますので、スタッフ在館時間に変更となります。

【スタッフ在館時間】

9:00～16:00

※18:00～22:00スタッフ不在

