



# 2025年ゴールデンウィーク特別プログラム



5/3 (土)

9:30~10:30

ボディメイク

中村★★★

5/4 (日)

9:30~10:30

しなやかフローヨガ

MEGU★★

5/6 (火)

9:30~10:30

リフレッシュヨガ

中村★



11:00~12:00

リセットヨガ

眞谷★

11:00~12:00

ホットピラティス

TOMO★

11:00~12:00

コアティス&ヨガ

中村★★★

12:30~13:30

調整ヨガ

眞谷★

12:30~13:30

ストレッチヨガ

TOMO★

12:30~13:30

スタイルアップヨガ

脇本★★

☆特別営業日となりますので上記3本のためのレッスンとなります

☆スタッフ在館時間 (9:00~18:00) となります

☆デイトム会員様は5/6 (火) はご利用可能です (5/3、5/4 は不可)



MYGM24&マイシャイン会員様必見!!  
岩盤浴がご利用いただけます♪

【利用可能日時】 5月3日/4日/6日 (14:00~18:00)

【利用料金】 550円(税込)

レッスン受講日ではなくても利用可能です♪



