

# LIFEWELL STUDIO PROGRAM

2020.4~

	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日			日曜日		
	studio1st	studio2nd	studio3rd	studio1st	studio2nd	studio3rd	studio1st	studio2nd	studio3rd	studio1st	studio2nd	studio3rd	studio1st	studio2nd	studio3rd	studio1st	studio2nd	studio3rd	studio1st	studio2nd	studio3rd
9:00~																					
9:15~																					
9:30~																					
9:45~																					
10:00~	ヴァンヤサ ヨガ45 9:55~10:40 由香	ボールストレッチ 9:45~10:15 STAFF		ピフリティス45 9:45~10:30 YUKI ※定員40名																	
10:15~	32°C/55%																				
10:30~																					
10:45~																					
11:00~																					
11:15~	ホットヨガ75 10:55~12:10 由香			ハタヨガ60 10:45~11:45 かおり																	
11:30~																					
11:45~																					
12:00~																					
12:15~																					
12:30~																					
12:45~																					
13:00~																					
13:15~																					
13:30~																					
13:45~																					
14:00~																					
14:15~																					
14:30~																					
14:45~																					
15:00~																					
15:15~																					
15:30~																					
15:45~																					
16:00~																					
16:15~																					
16:30~																					
16:45~																					
17:00~																					
17:15~																					
17:30~																					
17:45~																					
18:00~																					
18:15~																					
18:30~																					
18:45~																					
19:00~																					
19:15~																					
19:30~																					
19:45~																					
20:00~																					
20:15~																					
20:30~																					
20:45~																					
21:00~																					
21:15~																					
21:30~																					
21:45~																					
22:00~																					
22:15~																					
22:30~																					
22:45~																					

◆お知らせ◆開始10分以降のレッスン参加はご遠慮下さい。ホットスタジオで行うクラスは、途中入場を禁止させていただきます。参加の際はバスタオルと水分をご持参ください。  
 クラスの変更、代行につきましては、館内インフォメーションにてご案内致します。各クラスの内容、定員については裏面をご覧ください。整理券はフロントにて配布致します。プログラムは都合により変更になる場合がございます。