



LUONTO久留米店 Löyly & HotYogaStudio

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN						
9:30	10:00 OPEN												
10:30	デトックスヨガ	エステヨガ	デトックスヨガ	骨盤すっきりヨガ	ゆるりヨガ	デトックスヨガ	アロマヨガ						
11:00	10:30~11:30 篠原	10:30~11:30 優子	10:30~11:30 SAWAKA	10:30~11:30 有馬	10:30~11:30 中田	10:30~11:30 Atsumi	10:30~11:30 松永						
11:30							※17日は野村IRです						
12:00	ゆるりヨガ	アロマヨガ	交替わり	シーズンヨガ ~腸内いきいきヨガ~	デトックスヨガ	交替わり	ゆるりヨガ						
12:30	12:00~13:00 有馬	12:00~13:00 篠原	12:00~13:00 有馬	12:00~13:00 近藤	12:00~13:00 優子	12:00~13:00 坂本	12:00~13:00 田中						
13:00													
13:30	シーズンヨガ ~腸内いきいきヨガ~	デトックスヨガ	ゆるりヨガ	ゆるりヨガ	アロマヨガ	シーズンヨガ ~腸内いきいきヨガ~	骨盤すっきりヨガ						
14:00	13:30~14:30 坂本	13:30~14:30 近藤	13:30~14:30 Atsumi	13:30~14:30 篠原	13:30~14:30 有馬	13:30~14:30 松永	13:30~14:30 坂本						
14:30						※16日は近藤IRです	※24日は野村IRです						
15:00	フローヨガ			アロマヨガ		骨盤スッキリヨガ	フローヨガ						
15:30	15:00~16:00 近藤			15:00~16:00 坂本		15:00~16:00 篠原	15:00~16:00 原田						
16:00	<p style="text-align: center;">★交替わりレッスン</p> <p>1週目: mooncycle 2週目: 体幹ヨガ</p> <p>3週目: mooncycle 4週目: ゆるヴィンヤサ</p> <p>中~上級者向けのクラスです♪</p> <p>Let's チャレンジしてみてください♪</p>												
16:30												アロマヨガ	デトックスヨガ
17:00												16:30~17:30 野村	16:30~17:30 近藤
17:30													
	18:00 CLOSE												
18:00	アロマヨガ	骨盤すっきりヨガ	シーズンヨガ ~腸内いきいきヨガ~	デトックスヨガ	ゆるりヨガ								
18:30	18:00~19:00 maya	18:00~19:00 田中	18:00~19:00 優子	18:00~19:00 maya	18:00~19:00 近藤								
19:00					※15日は松永IRです								
19:30	デトックスヨガ	交替わり	エステヨガ	肩こり解消ヨガ	デトックスヨガ								
20:00	19:30~20:30 プリソワ	19:30~20:30 野村	19:30~20:30 優子	19:30~20:30 原田	19:30~20:30 田中								
20:30													
21:00	交替わり	ゆるりヨガ	デトックスヨガ	アロマヨガ	シーズンヨガ ~腸内いきいきヨガ~								
21:30	21:00~22:00 木下	21:00~22:00 原田	21:00~22:00 プリソワ	21:00~22:00 田中	21:00~22:00 坂本								
22:00													
	22:30 CLOSE												

~シーズンヨガとは~
日常でのお悩み解消を目指し季節ごとの
テーマを楽しみながらカラダを動かすクラス。

8月~10月は
腸内いきいきヨガ

強度: ★~★★
免疫力向上したい・冷え性・おなかの不調を
感じている方におすすめのクラス。
腸の動きを活発にする腸マッサージや
アーサナを組み合わせたレッスンです☺
内側からスッキリきれいに♪

※※※ご注意※※※

予約のキャンセルはレッスン開始の**1時間前まで**にお願い致します。無断キャンセルされると、
予約の制限がかり、**レッスンが1回消化**となります。
チェックインに関しましても、**5分前まで**にチェックインがない場合は無断キャンセルとなっ
てしまいますので、お気を付けてください。※レッスン開始時間を過ぎると入室できません。

いつもマスクの着用・アルコール除菌のご協力誠にありがとうございます！
引き続き、感染対策のご協力をよろしくお願い致します。

月末休館日 10月30日(土)・31日(日)
予約TEL 0942-31-8500