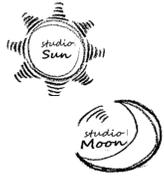


2022年
12月



YOGA SPAクラススケジュール

025. 201. 7092
電話受付 9:30~19:00



体験の方におススメのクラスです。

【開店時間：クラス開始30分前 閉店時間：最終クラス終了～15分後】

月 火 水 木 金 土 日

※レッスン内容・担当インストラクターは予告なく変更になる場合がございます。

駐車場が満車の際は海岸駐車場に車を駐車してください。

<p>LINE公式 お友達募集中!!</p> <ul style="list-style-type: none"> 登録で¥300クーポンプレゼント お得情報受け取れる 食事でポイント貯まる(ランチ・ディナー) 毎月クーポン配信中 	<p>《お知らせ》</p> <p>チャクラ活性の為 サンキャッチャー を作ろう (別紙参照)</p> <p>講師: 宮澤由美</p> <p>¥2,500~¥4,500</p> <p>ご自分のお好きな予算で作成できます。 10:30~4名 13:30~4名</p>		<p>毎年恒例 蜜蝋キャンドル作り</p> <p>12/6 ①11:30~ ②13:00~</p> <p>12/20 ①11:30~ ②13:00~</p> <p>各2名ずつ 担当講師: MAI 料金¥2,500(税込)</p> <p>材料費を除く全ての金額を 寄付金とさせていただきます。</p>		1	2	3	4														
	5	6	7	8	9	10	11															
	12	13	14	15	16	17	18															
	19	20	21	22	23	24	25															
26	27	28	29	30	<p>冬季YOGA SPAオンライン再び!</p> <table border="1"> <tr> <td>火 毎週</td> <td>メディテーション 呼吸の練習と集中を高めて眠りの質を上げます。</td> <td>MAI</td> <td>🕒21:00~21:40</td> </tr> <tr> <td>木 毎週</td> <td>ヨガニドラ 体と脳のリラックス&疲労回復。パジャマ参加大歓迎!</td> <td>Tomoe</td> <td>¥1,100 ドロップ</td> </tr> <tr> <td>日 第1, 3</td> <td>リラックスヨガ 就寝前にストレッチと、深い呼吸で熟睡の準備をしましょう。</td> <td>Kumiko</td> <td>¥2,200 ビジター</td> </tr> <tr> <td>第2, 4 第5</td> <td>Gurujの再現クラス Gurujのメディテーション</td> <td>MAI</td> <td>¥3,300</td> </tr> </table>		火 毎週	メディテーション 呼吸の練習と集中を高めて眠りの質を上げます。	MAI	🕒21:00~21:40	木 毎週	ヨガニドラ 体と脳のリラックス&疲労回復。パジャマ参加大歓迎!	Tomoe	¥1,100 ドロップ	日 第1, 3	リラックスヨガ 就寝前にストレッチと、深い呼吸で熟睡の準備をしましょう。	Kumiko	¥2,200 ビジター	第2, 4 第5	Gurujの再現クラス Gurujのメディテーション	MAI	¥3,300
火 毎週	メディテーション 呼吸の練習と集中を高めて眠りの質を上げます。	MAI	🕒21:00~21:40																			
木 毎週	ヨガニドラ 体と脳のリラックス&疲労回復。パジャマ参加大歓迎!	Tomoe	¥1,100 ドロップ																			
日 第1, 3	リラックスヨガ 就寝前にストレッチと、深い呼吸で熟睡の準備をしましょう。	Kumiko	¥2,200 ビジター																			
第2, 4 第5	Gurujの再現クラス Gurujのメディテーション	MAI	¥3,300																			