

	月	火	水	木	金	土	日
10:00							9:40-10:40 エナジーフロー ★★★ 松尾
11:00	10:30-11:30 ホットベーシック ★ Satomi	10:30-11:45 ホットベーシック75 ★★ KAYOKO	11:00-12:00 骨盤ビューティー ★★ kumi	10:30-11:30 ホットアロマヨガ ★★ Satomi	10:30-11:30 ホットビギナー ★ 三浦	10:00-11:00 特別プログラム 亜利沙 P	
12:00	11:50-12:20 熱波30/★★ 荒木		12:20-12:50 ぶちヨガ30/★ 三浦	11:50-12:20 りらく30/★ 三浦	12:00-13:00 骨盤ビューティー ★★ 小林	11:40-12:40 ホットベーシック ★ 古谷	11:30-12:30 ホットビギナー ★ 亜利沙
13:00		12:50-13:50 ホットアロマヨガ ★ JURI		13:00-14:00 特別プログラム 三浦 P			12:50-13:20 アロマ30/★ 亜利沙
14:00	13:00-14:00 特別プログラム 荒木 P		13:10-14:10 ホットヒーリング ★ 三浦			13:10-13:40 りらく30/★ 三浦	
15:00	<p style="text-align: center;">美顔ヨガ</p> <p style="text-align: center;">フェイスエクササイズとヨガのポーズを組み合わせたクラス ヨガのポーズで全身の血流を良くし、 その上でフェイスエクササイズを行い 表情筋を鍛えることにより、 シワ・たるみ・ターンオーバーの乱れの予防や改善 小顔効果が期待できます！！</p> <p style="text-align: center;">レッスン後、コラーゲンドリンクの試飲付き</p>					14:00-15:00 ホットアロマヨガ ★ Kumi	13:40-14:40 ゆるヴィンヤサ ★★★ 荒木
16:00						18:40-19:10 リンパ30/★ 西川	17:00-18:00 ホットアロマヨガ ★ KAYOKO
17:00						18:40-19:10 リンパ30/★ 西川	3日・10日 代行 鷹木 ベーシック
18:00							
19:00	18:30-19:30 骨盤ビューティー ★★ 平島	19:00-19:30 ぶちヨガ30/★ 西川	18:30-19:30 ホットベーシック ★ 亜利沙	19:00-20:00 骨盤ビューティー ★★ 松尾	19:00-19:30 コアトレ30/★★★ 荒木	2日:代行 鷹木	
20:00		19:50-20:50 特別プログラム 西川 P			19:50-20:50 ゆるヴィンヤサ ★★★ 荒木	19:30-20:30 ホットベーシック ★ 志賀	
21:00	20:10-20:40 美顔30/★ 鷹木		20:10-20:40 りらく30/★ 亜利沙	20:15-21:15 ホットベーシック ★ 亜利沙			
22:00	21:00-22:00 ホットアロマヨガ ★ 鷹木	21:10-22:10 ホットビギナー ★ 古谷	21:00-22:00 moon cycle ★★★ 荒木	21:30-22:30 ヨガ&ピラティス ★★★ 野間口	21:10-22:10 ホットベーシック ★ 西川	<p style="text-align: center;">◆ 2月休館日 ◆</p> <p style="text-align: center; color: red; font-size: 1.2em;">27日(水)・28日(木)</p> <p>のクラスは前月から内容、時間、担当が変更になったクラスです。</p>	
	23:00 CLOSE		22:30 CLOSE	23:00 CLOSE	22:30 CLOSE	22:00 CLOSE	19:00 CLOSE

- 入室は、レッスン開始の**15分前**からとさせていただきます。
- 各レッスンは定員制であり、**事前のご予約**です。ご予約の上限は、お一人様 **最大3件まで**とさせていただきます。
- ご予約後のキャンセルされる際は、**レッスン開始1時間前**までに必ずネットでキャンセルをお願い致します。
- 会員種別問わず、1日受講本数は**2本**までとさせていただきます。
- レッスン開始時間を過ぎてからのご参加は、ご遠慮頂いております。
- プログラムは、事情により変更の可能性もございます。予めご了承下さい。
- 受け放題(マンスリー・4・プラス)会員様の、退会・変更などの諸届け受付は、**変更月の前月の15日迄**とさせていただきます。
- 翌月のご予約は、**当月の26日以降**から開始させていただきます。

★プリカ会員様限定★

ポイントアップレッスン情報

【3】・【9】のつく日は、ポイント2倍！

2月は 特別プログラムもポイント2倍です☆

たくさんのご参加お待ちしております☆

LINE@お友達募集

LINEヨガカードで
ポイントGet☆



アロマ効能

●スウィートラブ●

神経をリラックス
乾燥肌の保湿
リフレッシュ 血行促進
幸せな気分

092-874-2336



<http://ibs-loyly.com/location/jonan.html>

予約サイト【QRコード】
スマホ・PC

2月祝日プログラム

2/11(月)建国記念日	
10:30-11:30 ホットベーシック★ Satomi	
11:50-12:20 アロマ30/★亜利沙	
12:40-13:40 美顔ヨガ★ 亜利沙	
16:00-17:00 ホットアロマヨガ★ 鷹木	
18:00close	