

Hananoyu Studio Time Schedule

4月

ご案内

	月	火	水	木	金	土	日
8:00							
9:00							
9:30-10:30	Basic	骨盤ケア	SH.Detox	ヴィンヤサ	骨盤ケア	Basic	骨盤ケア
11:00							
11:00-12:00	SH.ヴィンヤサ	ヴィンヤサ	Relax	Detox	Basic	Relax	SH.Basic
12:00							
12:30-13:30						SH.ヴィンヤサ	Detox
13:00							
14:00			14:00-15:00 はつらつヨガ				
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
18:30-19:30	骨盤ケア	Basic	Beautyflow	Basic	SH.Detox		
20:00							
20:00-21:00	Detox	SH.Relax	骨盤ケア	Relax	ヴィンヤサ		
21:00							

★ ■ ←ホット (女性専用) ■ ←セミホット (男女共利用可) ■ ←シニア (65歳以上の男女共利用可)