

2023年8月プログラムスケジュール

月	火	水	木	金	土
10:30 - 11:30 ハタヨガ megu		10:30 - 11:45 タイ古式×ヨガ nao		11:00 - 12:00 エアリアルヨガ nao	11:00 - 12:00 モーニングヨガ nao
	12:00 - 13:00 初級ヨガ nao	12:15 - 13:30 コンディショニングヨガ megu	13:00 - 14:00 初級ピラティス jun		12:30 - 13:15 TRX sawa
					13:45 - 14:45 週替わりレッスン LUANA STAFF
<p>* このマークのあるプログラム（TRX、トランポリン）は室内シューズが必要となりますのでご準備ください。</p> <p>* レッスンは全て先着予約制となります。定員数はクラスにより異なり4～6名となります。HPまたはLINE@、電話よりご予約をお願いします。</p> <p>* 当日キャンセルにつきましてはキャンセル料（¥2,200）を頂戴しておりますので予めご了承ください。</p> <p>なお、キャンセル料をお支払いになっていない場合、次のご予約を取り消させていただきますのでご理解の程、お願い申し上げます。</p> <p>* ご予約は各レッスン開始4時間前まで承っております。ご予約者様が0名もしくは1名の場合は4時間前を過ぎた時点でクローズとさせていただきます。</p> <p>なお、4時間前を過ぎた場合でも2名様以上の参加予約があり、定員数に空きがある場合はご参加いただけますので開始30分前までにお電話にてご連絡ください。</p> <p>* 当日キャンセルによりご予約数が減り1名になった場合でも当該クラスは実施いたします。</p> <p>* 同時間に2プログラム記載のあるクラスは、隔週で変更となりますのでご予約の際はご注意くださいようお願いいたします。</p>					
<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <p>【パーソナルレッスンのご案内】 60分：¥6,600～ スタジオの空いている時間帯は、トレーナーとのマンツーマンレッスンにご利用いただけます。 あなたのお悩みに寄り添った、完全オーダーメイドの充実したトレーニング時間をご提供します。</p> </div>					
	19:15 - 20:15 コアコンディショニング kazumi	19:30 - 20:30 Detox flow yoga nao	19:15 - 20:15 ピラティス jun	19:30 - 20:45 Core Power Yoga® jun	
20:30 - 21:30 LowHotYoga×アロマ nao	21:00 - 22:00 アナトミック骨盤ヨガ megu	21:00 - 21:45 トランポリン Kazumi	20:45 - 21:45 エアリアルヨガ nao	21:15 - 22:00 1週/3週 ダヴィンチ45 2週/4週 TRX sawa	

《週替わりレッスン》

5日 ヨガベーシック

19日 ピラティス

26日 初級コアパワーヨガ

※8/12は夏季休館日のため、お休みとなります。

【営業時間/お問い合わせ】

平日 10:00～22:00

土曜 10:00～18:00

日祝 休館日

☎ 083-237-9329

レッスン中は電話に出られない場合がございます