

2024年12月

BREATH岩盤ヨガスタジオ
045-663-1132



【ホームページ】



【ご予約】



【公式LINE】

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
9:30~10:30 オープン♡ヨガ ★★ MARIE	8:00~9:00 ベーシックヨガ ★★ EMI	9:30~10:30 ベーシックヨガ ★★ MEME	9:00~10:00 肩甲骨ヨガ ★★ EMI	9:30~10:30 血流UPヨガ ★★ CHIHARU	8:30~9:30 肩甲骨/ベーシック 第1,2/第3,4 ★★ EMI	9:30~10:30 モーニングフロー ★★★ MEME
11:00~12:00 ボディメイクヨガ ★★★ MARIE	9:30~10:30 ピラティス ★★★ EMI	11:00~12:00 やわらかラダYoga/アニマル 第1.3 /第2.4 ★3/★2~4 MEME	10:30~11:40 ヴァインヤサフロー ★★★★ EMI	11:00~12:00 ヨガフロー/ピラティス ★★★ RIYON/EMI	10:00~11:00 ピラティス/パワ-ヨガ 第1,2/第3,4 ★★★ EMI	11:30~12:30 やわらかラダYoga/アニマル 第1.3 /第2.4 ★3/★2~4 MEME
12:30~13:30 筋膜リリースヨガ ★★ EMI	11:00~12:00 リラックスヨガ ★★ YURI			12:30~13:30 リラックスヨガ ★★ RIYON/MARIKO	11:30~12:30 ボディメイクヨガ ★★~ MARIE	13:30~14:30 骨盤調整ヨガ ★★ NORIKO
	15:00~16:00 肩甲骨/骨盤調整 第1,2/第3,4 ★★ YUKI	15:00~16:00 パワ-ヨガ初級 ★★★ YURI	15:00~16:00 リラックスフロー 背骨リセットヨガ ★★ MISATO/MARIKO		13:00~14:00 ベーシックヨガ ★★ MARIE	15:30~16:30 リラックスリンパ ★★ NORIKO
					16:00~17:00 リンパ巡りヨガ ★ MARIKO	
18:30~19:30 YOGA FLOW ★★★ YOSHIE	18:30~19:30 リラックスヨガ ★★ MIKU	18:30~19:30 フローヨガ ★★★ MARIE	18:30~19:30 肩こり改善ヨガ ★★ MEME	18:30~19:30 ベーシックヨガ& ピラティス ★★ MAI		
20:00~21:00 疲労回復ヨガ ★★ YOSHIE		20:00~21:00 浮腫み改善ヨガ ★★ MARIE	20:00~21:00 腸内デトックスヨガ ★★ MEME	20:00~21:00 ヒーリングヨガ ★★ MAI		

時間帯が変わります！
詳細はスペシャルクラスの
内容PDFをご覧ください！

※ご予約のキャンセルについて
ホットペッパーでのキャンセルは前日の
夜23:00までの受付。
当日のキャンセルの場合は公式LINEで
レッスン開始30分前までのご連絡をお願いします。
無断キャンセルの場合 料金¥550

♡毎月のイベントDAY♡

- 新月・満月の日⇒イエロー
- アロマの日⇒ブルー
- 上半身引き締めの日⇒グリーン
- 下半身引き締めの日⇒オレンジ
- 特別クラス⇒ピンク

ヨガが初めての方おすすめ！
初心者★~★★★
中級★★★★~★★★★★
上級★★★★★~★★★★★★

※休講クラスや代講、定休日は裏側の
スタッフスケジュールを見ていただくと分かりや
すくなっております。
※急な日程などの変更がある場合は公式ライン、SNS
にて配信しておりますのでご登録お願いします。

★年末年始休暇★
2024/12/31(火)~2025/1/2(木)まで
2025/1/3(金)からスタジオ営業スタート！！