

2025年4月

【クラスレベル】初心者★～★★ 中級★★★～★★★★ 上級★★★★～★★★★★

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
	8:00～9:00 フローヨガ ★★ 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 NEW 目覚めのヨガ ★★ CHIHARU	8:30～9:30 肩甲骨／骨盤 第1,2／第3,4 ★★ EMI	9:30～10:30 NEW モーニングフロー ★★★ MEME
朝クラス時間が 新しくなりました♡			岩盤浴 10:00～10:55迄	11:00～12:00	10:00～11:00 NEW ピラティス／パワ-ヨガ 第1,2/第3,4 ★★★ EMI	岩盤浴 10:30～11:25迄
NEW パワーヨガ ★★★ EMI	ピラティス ★★★ EMI	やわらかタYoga／アニマル 第1.3 /第2.4 ★3／★2～4 MEME	11:00～12:10 ヴァンヤサフロー ★★★★ EMI	ヨガフロー／ピラティス ★★★ RIYON／EMI		NEW 11:30～12:30 全身ほぐしヨガ ★★ MEME
12:30～13:30 腸もみヨガ ★★ EMI	11:00～12:00 リラックスヨガ ★★ YURI		2本目クラス 時間が新しくなりました	12:30～13:30 背骨リセットヨガ ★★ RIYON／MARIKO	11:30～12:30 アクティブフロー ★★～ MARIE	岩盤浴 12:30～13:25迄
	15:00～16:00 肩甲骨／骨盤調整 第1,2/第3,4 ★★ YUKI	15:00～16:00 パワーヨガ初級 ★★★ YURI	15:00～16:00 リラックスフロー ★★ MISATO／MARIKO		13:00～14:00 ベーシックヨガ ★★ MARIE	骨盤調整ヨガ ★★ NORIKO
					15:00～16:00 背骨リセットヨガ ★★ MARIKO	岩盤浴 14:30～15:25迄
夜クラス時間が 新しくなりました♡		18:00～19:00	18:00～19:00			15:30～16:30 リラックスリンパ ★★ NORIKO
18:30～19:30 NEW ボディメイクヨガ ★★★ MARIE	18:30～19:30 リラックスヨガ ★★ MIKU／MEME	フローヨガ ★★★ MARIE	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		
NEW 20:00～21:00 肩こり改善ヨガ ★★ MARIE	20:00～21:00 全身ほぐしヨガ ★★ MEME	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		

～BREATHインフォメーション～
NEW
岩盤浴タイムの時間ができました★！
※ご利用のルール
レッスンとレッスンの間の時間【岩盤浴】
と記載の時間はご利用いただけます。
次のレッスンが開始される前の5分前までに
スタジオ退室をご協力お願いします。
ご支度にお時間がかかる場合でのご利用時は
岩盤浴時間の配分を見ながらご利用してい
ただければと思います。
お時間厳守は次のクラスが始まる為
扉を閉めさせて頂きますのでご協力お願いいたします。
お水をしっかりとりながらゆっくり
デトックス時間をお楽しみくださいませ♡

岩盤ご利用例)
15:30～レッスン開始の場合
岩盤浴としてご利用は14:30～
15:25分までに身支度を済ませて退室。

♡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

※休講クラスや代講、定休日は裏側のスケジュールを
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をお願いします。

4月の代講			
日付	時間	クラス	担当
4月8日(火)	11:00～12:00	リラックスヨガ★2	担当YURI⇒MEGU
4月12日(土)	8:30～9:30	ベーシックヨガ★2	担当EMI⇒MARIE
4月12日(土)	10:00～11:00	アクティブフロー★3	担当EMI⇒MARIE
4月12日(土)	13:00～14:00	リラックスフロー★2	担当MARIE⇒MARIKO

※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