

LESSON SCHEDULE

NAG YOGA STUDIO久屋大通店 レッスンタイムスケジュール

2019.9.1 ~ 2019.9.30

	MON 月曜日	TUE 火曜日	WED 水曜日	THU 木曜日	FRI 金曜日	SAT 土曜日	SUN 日曜日	9/16・23 ★月祝★
9:00						9:00-10:00 モーニングリフレッシュヨガ YURI 🌸🌸	9:00-10:00 溶岩浴	
10:00	10:00-11:00 溶岩浴	10:00-11:00 溶岩浴	10:00-11:00 癒しのリラックスヨガ Aina 🌸		10:00-11:00 モーニングリフレッシュヨガ Naho 🌸🌸			10:00-11:00 溶岩浴
11:00	NEW 11:30-12:30 女性の巡りヨガ 桃代 🌸💖	11:30-12:30 身体がやわらかくなるヨガ JUN 🌸	11:30-12:30 溶岩浴		11:30-12:30 骨盤リセットヨガ Aina 🌸🌸			NEW 11:30-12:30 女性巡りヨガ 桃代 🌸💖
12:00						12:00-13:00 リンパトリートメントヨガ KIKO 🌸	12:00-13:00 溶岩浴	
13:00	13:00-14:00 はじめてのヨガ 桃代 🌸🌸	13:00-14:00 全身調整ヨガ Hitomi 🌸💖	13:00-14:00 リラックスヨガ Naho 🌸		13:00-14:00 美脚・美尻ヨガ 桃代 🌸🌸			13:00-14:00 はじめてのヨガ 桃代 🌸🌸
14:00	14:15-15:15 溶岩浴	14:15-15:15 溶岩浴	14:15-15:15 溶岩浴		14:15-15:15 溶岩浴	13:30-14:30 ホテイメイクヨガ KIKO 🌸🌸	13:30-14:30 デトックスパワーヨガ YURI 🌸🌸🌸	14:15-15:15 溶岩浴
15:00				休館日		15:00-16:00 リラックスヨガ Naho 🌸💖	15:00-16:00 美脚・美尻ヨガ Naho 🌸🌸	15:30-16:30 溶岩浴
16:00	15:30-16:30 溶岩浴	15:30-16:30 溶岩浴	15:30-16:30 溶岩浴		15:30-16:30 溶岩浴			15:30-16:30 溶岩浴
17:00	17:00-18:00 全身調整ヨガ Hitomi 🌸🌸	17:00-18:00 姿勢改善ヨガ KIKO 🌸🌸	17:00-18:00 身体がやわらかくなるヨガ Hitomi 🌸		17:00-18:00 デトックスヨガ KIKO 🌸💖	16:30-17:30 ダイエットパワーヨガ Hitomi 🌸🌸🌸	16:30-17:30 デトックスヨガ Hitomi 🌸💖	17:00-18:00 全身調整ヨガ Hitomi 🌸🌸
18:00						18:00-19:00 溶岩浴	18:00-19:00 癒しのリラックスヨガ Naho 🌸	18:30-19:30 溶岩浴
19:00	18:30-19:30 ホテイメイクヨガ YURI 🌸🌸	18:30-19:30 リラックスヨガ Hijiri 🌸	18:30-19:30 デトックスパワーヨガ KIKO 🌸🌸🌸		18:30-19:30 はじめてのヨガ KOIDE 🌸🌸			18:30-19:30 ホテイメイクヨガ YURI 🌸🌸
20:00	20:00-21:00 癒しのリラックスヨガ YURI 🌸	20:00-21:00 リンパトリートメントヨガ Aina 🌸	20:00-21:00 骨盤リセットヨガ Hitomi 🌸💖		20:00-21:00 コアヨガ KOIDE 🌸🌸🌸	💖 こちらのマーク記載のレッスンは、女性専用レッスンです。		
21:00								

🌸 マークが多くなるほど、運動量が高くなります。

※溶岩浴につきましては、ヨガレッスンはございません。

※月曜日～金曜日が祝日の場合は、20:00のレッスンはございません

- ・予約はレッスン開始30分前までとします。
- ・予約の取消は、レッスン開始60分前までお願いいたします。
- ・予約の取消の連絡なく、レッスンを休んだ場合又はレッスン開始60分前を過ぎて取消をした場合は、無断キャンセルとし、無断キャンセルが複数回あった場合は、予約を制限する場合があります。
- ・前項の無断キャンセルは、会員種別で利用回数の定めのある会員につき、当該期間における利用回数にカウントされます。

- ・レッスンが定刻に開始できるように入室して下さい。
- ・レッスン開始5分前に受講受付を締め切ります。
- ・スタジオ内へは、水とタオルをお持ち下さい。
- ・他のお客様へのご迷惑、またトラブルに発展する可能性がありますのでルールを守ってレッスンにご参加下さい。
- ・都合によりレッスンや担当者が変更になる場合がございます。
- ・香水、ボディクリーム、柔軟剤など香りの強いものはご遠慮下さい。
- ・施設内は画像・動画の撮影は原則禁止です。スタジオへのスマートフォン、携帯電話、タブレット等の持ち込みは禁止です。

NAG YOGA STUDIO 久屋大通店
TEL 052-212-8528 www.nag-yoga.com

Web入会はこちら



Web予約はこちら

