

# 9月18日(月)

## スタジオ特別プログラム

	Detox Studio
10:00	
11:00	11:00(60) リンパ調整ヨガ 温度■■■ MIKI
12:00	
12:15	12:15(45) オリジナルピラティス 温度■■■ MIKI
13:00	
13:30	13:30(60) シェイプエアロ (イベント) 温度□□□ HARUNA&SHIORI
14:00	
14:45	14:45(60) タイ式ヨガ 温度■■■ MIKI
15:00	
16:00	16:00(30) 全身引締めエクササイズ 温度□□□ HARUNA
16:45	16:45(30) 美人の背中 (定員20名) 温度■□□ SHIORI
17:00	
18:00	<p>今回は、  <u>リンパ調整ヨガ 60分</u>  <u>シェイプエアロ(イベント) 60分</u>  <u>全身引き締め 30分</u>                      レッスンがおすすめです。                      ぜひ、皆様のご参加お待ちしております。</p>
19:00	
20:00	

営業時間は 10:00~20:00 となります。