

2025.2.11(火祝) スタジオ & ジムプログラム

火曜日		
Healing	Germa Hot	Gym
10:00		
:30		
11:00	Kisshoヨガ ～デトックス～ 10:20～11:20 CHISAKA	
:30		
12:00	スローフロー Yoga 11:35～12:35 Yumi	
:30		
13:00	陰ヨガ (ディープリラックス) 12:50～13:50 Yumi	吉祥トレーニング 12:40～13:00
:30		吉祥コア 13:05～13:25
14:00		
:30		
15:00	Kisshoヨガ ～デトックス～ 14:10～15:10 Shully	
:30		
16:00	美Body ～コア～ 15:20～16:20 久我 亜矢子	背骨 コンディショニング 15:15～16:15 増渕 夏美 定員12名
:30	時間変更	
17:00	Kisshoヨガ ～リラックス～ 16:30～17:30 臼杵 直子	
:30		
18:00		

祝日の営業時間は10:00～19:00になります。
(ジムエリアのご利用は18:30までのご利用になります。)

当日限定プログラムやジムプログラムもお気軽にご参加ください。
皆様のご来館を心よりお待ちしております。

吉祥倶楽部
Kissho Club