



**ヨガ**  
*Yoga*



**ピラティス**  
*Pilates*

**まずは体験レッスンを受けてみましょう!**

**2回まで1回税込540円で体験OK!**

**ヨガマットプレゼント! (先着30名様)**

	曜日	時間	レッスン
タイム スケジュール	水	20:00 ~ 21:00	ピラティス
	木	11:30 ~ 12:30 / 13:10 ~ 14:10	ヨガ
	金	11:30 ~ 12:30 / 13:10 ~ 14:10	ピラティス