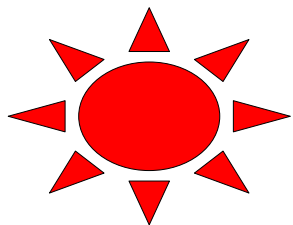




2020年8月10日(月・祝)

# ☆特別プログラム☆



8月10日はHOT(ハット)の日♪特別プログラムでお送りいたします★

10:00	15	30	45	11:00	15	30	45	12:00	15	30	45	13:00	15	30	45	14:00	15	30	45	15:00	15	30	45	16:00	15	30	45	17:00	15	30	45	18:00	15	30	45	19:00
HOT Sutudio				HOT アロマヒーリングヨガ60 NEIBI				HOTヨガ60 CHISATO				HOT リラックスヨガ60 KAORI				HOTヨガ60 KEIKO																				
				水おしぼり配布♪																																
10:00	15	30	45	11:00	15	30	45	12:00	15	30	45	13:00	15	30	45	14:00	15	30	45	15:00	15	30	45	16:00	15	30	45	17:00	15	30	45	18:00	15	30	45	19:00

## ～ホットヨガクラス紹介～

- \* アロマヒーリングヨガ60 ...アロマのやさしい香りに包まれながら、ハタヨガをベースにゆったりとしたリラクセスが出来るクラス。
- \* ホットヨガ60 ...呼吸法をしっかりとマスターし、様々なアーサナの展開を楽しんでいくクラス。立～寝～座～ポーズの構成で、ヨガに少し慣れてきた方、徐々にステップアップしたい方向けのプログラム。
- \* ホットリラックスヨガ60 ...ゆったりとした流れを感じながら、カラダをリセットしていくクラスです。是非ご自身のカラダへ目を向けてみませんか？

◇HOT定員数:10名◇キャンセルされる場合レッスン1時間前までにご連絡をお願い致します。

インナービューティースタジオ ダイナシティ店  
<http://www.ib-studio.net/dynacity/> 予約電話番号 0465-49-6828

ホットスタジオのご予約は  
 こちらからどうぞ! →

