

4月のお知らせ

人数制限8名まで

入口にアルコール除菌ハンドジェル設置しておりますので、手の消毒お願いいたします。37.5℃以上の場合はお休みください。使用後のマットは除菌シートでのふき取りをお願いいたします。空き状況を予約システムでご確認ください。

4/10(土)

代講ありスケジュール

8:40朝ヨガ☺AMI

10:20骨盤調整☺AMI

12:00月フロー&陰ヨガMINA

13:40リラックスSP80分MINA

4/18(日)

代講ありスケジュール

8:40朝ヨガ☺MEMI

10:20太陽礼拝MEMI

12:00骨盤☺YUUMI

13:40ハタヨガ☺YUUMI

4/29(日)

祝日スケジュール

10:20骨盤調整☺MINA

12:00ハタベーシック☆MINA

13:40陰陽ヨガ♥MEMI

15:20リラックス☺MEMI

3月いっぱいまで日曜日担当のゆか先生がペルヴィスを卒業となります。NLPコーチングに専念するため、ご興味ある方は直接聞いてみてね♪

4月からは、みずか先生が日曜日朝のレギュラーで入ります♥8:40朝ヨガ、10:20やさしい太陽礼拝で清々しい週末を迎えていきましょう♪

そして、ご要望が多かったので、

火曜日・木曜日夜のスタートが10分遅くなります♪

4月より18:20→18:30、20:00→20:10となります☆

早く来ていただける分には問題ないですが、ゆったり焦らず来れるようになりますので、夜のクラスもお待ちしております♪