

ゴールデンウィーク 5/3-5/7GW

	5/3	5/4	5/5	5/6	5/7
8:40				朝ヨガ☺ 土日限定☆ AMI	朝ヨガ☺ 土日限定☆ SATOMI
10:20	ハタヨガ☺ スタンダード☆ MEGUMI	骨盤調整☺ 姿勢改善・美骨盤ヨガ MINA	キレイになるヨガ☺ Relax & Detox MINA	骨盤調整☺ 姿勢改善・美骨盤ヨガ AMI	ハタヨガ☺ スタンダード☆ SATOMI
12:00	疲労回復ヨガ♥ ※6名までの人数制 MISAKO	ハタヨガII ベーシック&アドバンス MINA	肩こりむくみ解消 ヨガ☺ MINA	チャンドラヨガ MoonFlowYoga★ MEGUMI	疲労回復ヨガ♥ ※6名までの人数制 MISAKO
13:40	骨盤調整☺ 姿勢改善・美骨盤ヨガ MISAKO	リラックスヨガ☺ ここにやさしい☆ RIEKO	ルーシーダットン☺ タイ式ヨーガ☆ AMI	リラックスヨガ☺ ここにやさしい☆ MEGUMI	骨盤調整☺ 姿勢改善・美骨盤ヨガ MISAKO
15:20	プラーナヨガ☺ 眠りのヨガニドラ MISAKO	アンチエイジング☺ and フェイシャルヨガ RIEKO	やさしい アシュタンガヨガ★ AMI	アロハヨガ☺ 光と恵みの調和 Yoga MINA	プラーナヨガ☺ 眠りのヨガニドラ MISAKO

※金曜日 17:00 タイ古式マッサージ 60分(前日予約まで)4チケット又は税込 5500円

ペルヴィス 11周年

6月で11周年を迎えます♪

昨年の10周年はとても特別な記念になりました！ヨガウェアの格安販売会や

チャリティ外ヨガイベントなどを行いましたね！本当に感無量でした♥

11周年以降は、特別なことは行いませんが、変わらず皆様を楽しめる・癒される

有り続けるそんな空間と時間を提供したいと思っています。

定期的にワークショップや特別イベントクラスなどは開催できればと思っています。

今後もヨガスタジオペルヴィスをよろしくお願い致します。

Instructor 一同