

# UNIVA熊本店 令和6年 お盆スケジュール HOTヨガスタジオ

	8/12(月)	8/13(火)	8/14(水)	8/15(木)
10:00~	気の流れを整える ヨガ60	呼吸と瞑想を深める 朝ヨガ60	代謝アップヨガ60	ボディメイクヨガ60
	shiki	sayaka	chizu	sayaka
13:00~	リフレッシュアロマヨガ 60	ヴィンヤサフローヨガ60	呼吸を深める フローヨガ60	呼吸を深める フローヨガ60
	yuki	shiori	yorika	yorika
15:00~	身体整うリフレッシュ ヨガ60	呼吸を深める フローヨガ60	全身ほぐれる フローヨガ60	モビリティUPヨガ60
	chizu	yorika	saya	masashi

## 常温ヨガスタジオ

	8/12(月)	8/13(火)	8/14(水)	8/15(木)
11:00~	パワーエアリアル& リリースヨガ70		リラックス エアリアルヨガ70	イベント(10:30~)
	yuki		yorika	masashi
13:00~	むくみスッキリ優しい エアリアルヨガ70		ローポジション エアリアル70	イベント(13:00~)
	shiki		saya	masashi



⇒HOTのクラスとなります

※8/15(木)後屈はHPの受付フォームよりお申し込みをお願いいたします。