

8月スタジオ ヘスティア本部スケジュール

*全てのプログラムは予約制です。

	月曜日	火曜日 3・10・24	水曜日 4・18・25	木曜日 5・19・26	金曜日 6・20・27	土曜日
午前	10:00-16:00 アロマトリートメント (予約制)	10:00-11:00 ライトヨガ キッズヨガ 11:30-12:30 ベビーヨガ	11:00-12:30 ベビー マッサージ	10:00-11:00 ライトヨガ キッズヨガ	10:30-11:30 親子ヨガ	10:00-11:00 ウェイクアップ 8/7・21
午後		13:00-14:00 ヨガセラピー 15:00-16:00 骨盤調整	16:00-17:00 らくらくコース 8/4・18 25	13:00-14:00 中級ヨガ 14:30-15:30 骨盤調整	13:00-14:10 インフィニティ	13:00-14:00 ホリスティック 8/7・28
夜		18:00-19:30 アンチエイジ 20:00-21:00 ヨガセラピー ナイトクラス		19:00-20:30 アンチエイジ		
月末 & スポット スケジュール		8/31 インストラクター養成				

お問い合わせ・予約

Tel 0797-57-1980

メール hestia-ten@kcc.zaq.ne.jp

<http://www.hestia-ten.co.jp>