

美禅房 全曜日共通 スケジュール

- ・開始10分前より、ヨガマットをお貸出致します。
※先着12名で定員とさせていただきます。

9:30 ヨガ



11:30 ヨガ
女性限定



14:30 ヨガ
女性限定



16:00 禅



19:00 ヨガ



21:30 ヨガ

