

桧町店 2026年 1月



1月4日(木)より通常営業です！



SP
LESSON

ディープストレッチ

新月にむかうこの頃
心と身体を空っぽにリセットして
新たなスタートに備えましょう

■日時：1月16日(金) 19:30-20:30 ■担当：YAYOI

■定員：28名 男性参加OK (会員様限定)

成人の日

1/12(祝・月)

10:00-11:00

美脚美尻骨ヨガ

MOMO



11:30-12:30

肩甲骨
ダイエットヨガ

NAOKO

13:30-14:30
サスペンドヨガ
AI

9

Lv1

15:00-16:00

リンパデトックスヨガ

AI



MATERNITY YOGA

1月17日

10:30-11:45

お腹の赤ちゃんとの対話を楽しみながらゆったりと行うヨガクラス

■会場：GILL桧町店 常温スタジオ

■参加費：¥2,500+tax

■定員：5名（事前予約制）※前日18:00〆切

■担当：AI

■持ち物：動きやすい服装・飲み物・母子手帳・バスタオル

※安定期16週以降の方で主治医の許可が出ている方。

▶▶詳しくはGILLフロントスタッフまでお問い合わせください。

購入 特典 ヨガマット

初めての方にこそおすすめ！
消臭効果もあり、
質が良いので長く使えます！

【購入すると選べる特典】

- ①ヨガ1レッスン無料
- ②酸素カプセル60分無料
- ③VAAM or プロテイン1杯無料

新年あけまして
おめでとうございます。
二〇二六年もよろしく
お願いします。