

HINOKI 2月

SPECIAL Lesson

スタジオ

ファットバーニングSP

年末年始の食べた分、飲んだ分が
まだ消化できていない方は是非ご参加ください。

- 日時：2月19日(木) 19:00-20:00
- 担当：TOMO
- 定員：24名 男性参加OK (会員様限定)

祝日のレッスン

2/11(水)

10:00-11:00
スローヴィンヤサヨガ
MEGUMI



11:30-12:30
ヨガベーシック
NAOKO

13:30-14:30
サスペンドヨガ
AI

9

Lv2

15:00-16:00
骨盤調整ヨガ
AI

2/23(月)

10:00-11:00
美脚美尻骨盤ヨガ
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
デトックスフローヨガ
YAYOI



MATERNITY YOGA

02/21 sat
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 桜町店 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×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

yogaworks

ヨガラグ

ホットヨガには欠かせないヨガラグ。
滑り止め付きなのでヨガ中のストレスを
解消してくれます。

【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