



プラブヨガ公認スタジオYoga & Café Batata

Group Lesson Schedule

まずはトライアル👉 1,650/1回

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
8:00~9:00 リンパデトックスヨガ	8:00~9:00 ホルモンバランスヨガ		8:00~9:00 アンチエイジングヨガ	8:00~9:00 ビューティーヒップ(美尻)ヨガ	8:00~9:00 リンパデトックスヨガ	8:00~9:00 ホルモンバランスヨガ
9:15~10:15 アンチエイジングヨガ	9:15~10:15 リンパデトックスヨガ		9:15~10:15 ホルモンバランスヨガ	9:15~10:15 ボディメイクヨガ	9:15~10:15 ボディメイクヨガ	9:15~10:15 ボディメイクヨガ
10:30~11:30 ビューティーヒップ(美尻)ヨガ	10:30~11:30 アンチエイジングスヨガ		10:30~11:30 ボディメイクヨガ	10:30~11:30 リンパデトックスヨガ	10:30~11:30 ビューティーヒップ(美尻)ヨガ	10:30~11:30 アンチエイジングヨガ
		定休日				
18:30~19:30 リンパデトックスヨガ				18:45~19:45 アンチエイジングヨガ		
19:45~20:45 ビューティーヒップ(美尻)ヨガ				20:00~21:00 ビューティーヒップ(美尻)ヨガ	週末イベント情報など 公式LINEにて配信!	

呼吸で
カラダ、変わる

Fee system

クラスは全て予約制です
 ご予約は公式LINEにメッセージ
 またはお電話ください
 050-1745-6893



◎フリー会員 1レッスン 3,300
マットレンタル 100/1回

◎チケット会員 **今だけお得な新規入会キャンペーン**
 入会金 3,300 → 体験後入会で0
 4回チケット ~~8,800~~*有効期限1ヶ月(1回2,200)

4回チケット 4,400*有効期限1ヶ月(1回1,100)
マットレンタル→無料/毎回

◎プライベートレッスン 1レッスン 5,500
 ご希望の方はスタッフにお申し付けください



プラブヨガ ナディクレンジング

カラダが持つ本来の機能を取り戻しポジティブなエネルギーを循環させる古代ヨガの手法
 特殊な呼吸や動きを取り入れて血液やリンパ液をしっかりと流すことで老廃物がデトックスされます
 基礎代謝を高め自己免疫力・自己治癒力を引き出します