

SANTOSHA Loharu 津田沼店 レッスンプログラム【9月】

チェックインはレッスン開始10分前までにお済ませください

	1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)	6(日)	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)	13(日)	14(月)	15(火)
9:30															
10:00		*	**	****	*	**5	***		*	**	**	*	*	**	
10:30		10:00~10:45 はじめて	10:00~10:45 デトックス	10:00~10:45 ホットフロー	10:00~10:45 ストレッチ	10:00~10:45 ☉ハタ	10:00~10:45 燃焼		10:00~10:45 リラックス	10:00~10:45 美脚	10:00~10:45 BASIC 齋藤麻衣子	10:00~10:45 肩こり	10:00~10:45 美活骨盤	10:00~10:45 デトックス	
11:00		溶岩浴	溶岩浴	溶岩浴	溶岩浴	溶岩浴	溶岩浴		溶岩浴	溶岩浴	溶岩浴	溶岩浴	溶岩浴	溶岩浴	
11:30		**5	*	*	***	*	**		**	***	*	**	****	*	
12:00		11:30~12:15 ☉ハタ	11:30~12:15 リラックス	11:30~12:15 美活骨盤	11:30~12:15 美体幹	11:30~12:15 肩こり	11:30~12:15 美脚		11:30~12:15 デトックス	11:30~12:15 燃焼	11:30~12:15 リラックス	11:30~12:15 デトックス	11:30~12:15 ホットフロー	11:30~12:15 はじめて	
12:30		溶岩浴	溶岩浴	溶岩浴	溶岩浴	溶岩浴	溶岩浴		溶岩浴	溶岩浴	溶岩浴	溶岩浴		溶岩浴	
13:00			***	*		*	**		*		**	**5	12:45~13:30 溶岩浴		
13:30		13:00~14:30 出入り自由 溶岩浴	13:00~13:45 燃焼	13:00~13:45 肩こり	13:00~13:45 はじめて	13:00~13:45 リラックス	13:00~13:45 デトックス		13:00~13:45 ストレッチ	13:00~14:00 溶岩浴	13:00~13:45 美脚	13:00~13:45 ☉ハタ		13:00~15:00 出入り自由 溶岩浴	
14:00				溶岩浴			溶岩浴				溶岩浴	溶岩浴	**		
14:30					**5	***	*						14:00~14:45 ストレッチ		
15:00		*	14:15~16:00 出入り自由 溶岩浴		14:15~15:00 ☉ハタ	14:15~15:00 燃焼	14:30~15:15 リラックス		14:15~16:15 出入り自由 溶岩浴	14:30~15:15 デトックス	14:30~15:15 はじめて	14:30~15:15 美脚	溶岩浴		
15:30		15:00~15:45 リラックス			溶岩浴		溶岩浴				溶岩浴	溶岩浴	*		
16:00		溶岩浴				15:30~16:15 美活骨盤						***	15:30~16:15 リラックス	15:30~16:15 美活骨盤	
16:30				15:45~17:30 出入り自由 溶岩浴	15:45~16:30 デトックス	溶岩浴				16:00~16:45 リラックス		15:45~16:30 燃焼	溶岩浴	溶岩浴	
17:00		16:30~17:30 溶岩浴								溶岩浴					
17:30			***		17:00~17:45 リラックス	17:00~17:45 PILATIS keiko	16:30~18:30 出入り自由 溶岩浴				16:45~18:45 出入り自由 溶岩浴	17:00~17:45 BASIC momo	17:00~17:45 PILATIS keiko	*	
18:00		**	17:30~18:15 美体幹	*					18:00~18:45 美活骨盤	17:30~18:30 溶岩浴				17:45~18:30 リラックス	
18:30		18:00~18:45 デトックス	溶岩浴	18:00~18:45 ストレッチ										溶岩浴	
19:00			**							*					
19:30		***	19:00~19:45 美脚	*			19:00~19:45 肩こり		***	19:00~19:45 はじめて	*			***	
19:30		19:15~20:00 燃焼	溶岩浴	19:15~20:00 リラックス			溶岩浴		19:30	19:15~20:00 ホットフロー	溶岩浴	19:15~20:00 ストレッチ		19:15~20:00 美体幹	
20:00															
20:30			*	**			***			20:30~21:15 PILATIS keiko	20:30~21:15 肩こり	20:30~21:15 ☉ハタ		**	
21:00		20:30~21:15 PILATIS keiko	20:30~21:15 美活骨盤	20:30~21:15 デトックス			20:30~21:15 美体幹							20:30~21:15 美脚	
21:30															
22:00														CLOSE 21:45	

- レッスン参加の際は、フェイスタオル、お水(1ℓ以上)お持ちください。
- レッスン中の私話、及びレッスン中の途中退出はご遠慮ください。
- キャンセルはレッスン開始1時間前までとなっております。
- レッソンの2時間前までにはお食事を済ませる事をお勧めします。
- お時間を過ぎての御入室はできません。
- 他のお客様へのご迷惑、トラブルに発展する可能性がありますので、ルールを守ってレッスンにご参加ください。
- 都合によりレッスンや担当者が変更になる場合がございます。

平日 : 9:30 ~ 22:00 (最終受付 20:00) SANTOSHA Loharu津田沼店
 土日祝 : 9:30 ~ 18:15 (最終受付 16:30) ☎047-406-5906