



# 藤が丘店プログラムスケジュール【1月】



## 年始特別スケジュール

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	曜日	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)	14(月)	21(月)
9:30								9:30						
10:00	10:00~10:45		10:00~10:45	10:00~10:45	10:00~10:45	10:00~10:45	10:00~10:45	10:00	10:00~10:45	10:00~10:45	10:00~10:45	10:00~11:30	10:00~10:45	10:00~10:45
30	ハタ		美脚	10日リラックス ストレッチ	燃烧	美体幹	デトックス	30	美脚	ストレッチ	燃烧	太陽礼拝 54回 (常温)	肩こり	ハタ
11:00								11:00						
30	11:30~12:15		11:30~12:15	11:30~12:15	11:30~12:15	11:30~12:15	11:30~12:15	30	11:45~12:30	11:45~12:30	11:30~12:15	温度調整の為、間隔を空けています。ご迷惑お掛けしますが宜しくお願い致します。	11:30~12:15	11:30~12:15
12:00	美体幹		溶岩浴	デトックス	はじめて	美脚	燃烧	12:00	リラックス	ハタ	肩こり		デトックス	美体幹
30								30						
13:00	13:00~13:45		13:00~13:45	13:00~13:45	13:00~13:45	13:00~13:45	13:00~13:45	13:00	13:00~13:45	13:00~13:45	13:00~13:45	13:00~13:45	13:00~13:45	13:00~13:45
30	デトックス		燃烧	肩こり	溶岩浴	溶岩浴	リラックス	30	溶岩浴	溶岩浴	溶岩浴	溶岩浴	リラックス	溶岩浴
14:00								14:00						
30	14:30~15:15		14:30~15:15	14:30~15:15	14:30~15:15	14:30~15:15	14:30~15:15	30			14:30~15:15	14:30~15:15	14:30~15:15	14:30~15:15
15:00	溶岩浴		肩こり	溶岩浴	美脚	リラックス	溶岩浴	15:00			デトックス	リラックス	溶岩浴	美脚
30								30						
16:00	16:00~16:45		16:00~16:45	16:00~16:45	16:00~16:45	16:00~16:45	16:00~16:45	16:00	16:00~16:45	16:00~16:45	16:00~16:45	16:00~16:45	16:00~16:45	16:00~16:45
30	肩こり		溶岩浴	美体幹	溶岩浴	デトックス	はじめて	30	肩こり	美体幹	リラックス	デトックス	ハタ	肩こり
17:00								17:00						
30						17:30~18:15	17:30~18:15	30	17:30~18:15			17:30~18:15	17:30~18:15	
18:00						燃烧	美体幹	18:00	デトックス			燃烧	ストレッチ	
30	18:00~18:45		18:00~18:45	18:00~18:45	18:00~18:45			30		18:00~18:45	18:00~18:45			18:00~18:45
19:00	溶岩浴		リラックス	デトックス	美体幹			19:00		溶岩浴	ハタ			溶岩浴
30								30						
20:00	19:15~20:00		19:15~20:00	19:15~20:00	19:15~20:00			20:00		19:15~20:00	19:15~20:00			19:15~20:00
30	美脚		23日ホットフロー	溶岩浴	リラックス			30		デトックス	溶岩浴			デトックス
21:00	20:30~21:15		20:30~21:15	20:30~21:15	20:30~21:15			21:00			20:30~21:15			20:30~21:15
30	リラックス		デトックス	燃烧	11日 骨盤 ハタ			30			美体幹			リラックス
22:00								22:00						

定休日