

MON	TUE	WED	THUR	FRI	SAT	SUN
1300 - 1400 空中伸展 VIKI	0800 - 0900 開髖開肩 VIKI	1000 - 1100 瑜伽輪 VIKI	1030 - 1130 基礎空中瑜伽 YVONNE	1210 – 1310 頌鉢音療與伸展 KARIN	0930 - 1030 流瑜伽 TONI	1000 - 1100 肩頸背護理 KAMMY
1545 – 1645 溫和伸展 VIKI	0900 – 1000 輪瑜伽伸展 VIKI	1105 - 1205 哈達瑜伽 VIKI	1135 - 1235 開髖開肩 YVONNE	1315 - 1415 腰背護理 KARIN	1000 - 1100 開髖開肩 MASTER SUNIL	1015 – 1115 開髖開肩 SHIRLEY
1650 - 1750 瑜伽輪 VIKI	1000 - 1100 全身伸展 ARIEL	1230 - 1330 放鬆舒緩伸展 VIKI	1650 - 1750 頌鉢深層伸展 KHALIL	1815 – 1915 開髖一字馬 ALISON	1010 – 1110 經絡瑜伽 CARMEN	1025 - 1125 哈達瑜伽 VIKI
1805 – 1905 基礎瑜伽 CHERYL	1105 – 1205 瑜伽輪 ARIEL	1800 - 1900 溫和流瑜伽 ALISON	1755 - 1855 流瑜伽 KHALIL	1900 – 2000 普拉提 ESTELLE	1035 - 1135 輪瑜伽伸展 TONI	1110 - 1210 放鬆舒緩伸展 KAMMY
1850 - 1950 開髖一字馬 YVONNE	1840 - 1940 正位瑜珈 TONI	1905 – 2005 腰背護理 ALISON	1845 - 1945 瑜伽輪 CHERRY NG	1920 – 2020 瑜伽輪 ALISON	1110 - 1210 陰瑜伽 MASTER SUNIL	1120 – 1220 溫和流瑜伽 SHIRLEY
1910 - 2010 哈達瑜伽 CHERYL	1905 - 2005 全身伸展 LORRAINE	1905 - 2005 瑜伽輪 IRENE	1900 - 2030 五星期一字馬 VIKI	1930 – 2030 基礎空中瑜伽 VIANNA	1120 – 1220 基礎瑜伽 CARMEN	1130 - 1230 瑜伽輪 VIKI
2000 - 2100 基礎空中瑜伽 YVONNE	1915 - 2015 基礎瑜伽 KAMMY	1910 - 2010 開髖一字馬 VIKI	1915 - 2015 基礎空中瑜伽 CHERRY WONG	2010 – 2110 腰背護理普拉提 ESTELLE	1145 - 1245 空中伸展 VENUS	1220 - 1320 普拉提 KAMMY
2020 – 2120 全身伸展 CHERYL	1945 - 2045 哈達瑜伽 TONI	2010 – 2110 空中伸展 ALISON	1950 - 2050 溫和流瑜伽 CHERRY NG	2035 – 2135 初級旋轉空中瑜伽 VIANNA	1225 - 1325 哈達瑜伽 VIKI	1230 - 1330 正位瑜伽 KARIN
2020 – 2120 核心與倒立 VIKI	2015 - 2115 核心瑜伽 LORRAINE	2010 – 2110 深層伸展 IRENE	2020 - 2120 基礎瑜伽 CHERRY WONG		1230 – 1330 深層伸展 YVONNE	1230 - 1330 全身伸展 EMILY
	2020 – 2120 肌筋膜放鬆與伸展 KAMMY	2015 - 2115 流瑜伽 VIKI			1300 – 1400 瑜伽輪 VENUS	1335 - 1435 開髖一字馬 KARIN
					1335 – 1435 瘦身瑜伽 VIKI	1335 - 1435 哈達瑜伽 EMILY
					1335 – 1435 開髖開肩 YVONNE	1445 - 1545 後彎瑜伽 HAIDI
					1515 – 1615 七脈輪瑜珈 CHERIS	1550 - 1650 基礎瑜伽 HAIDI
					1625 – 1725 修復瑜伽 CHERIS	

需另外預約
不可使用月票/套票預約

放鬆舒緩

力量穩定

活力流動

正位調整

預約前請先留意：

1.課堂時間及詳情一切以線上預約系統為準。如導師、房間安排有更改，恕不另行通知。

2.所有課堂3人成班，不保證成班。如不成班，會於課堂開始前8小時以WHATSAPP通知。

3.所有課堂必須24小時內自行於線上系統取消，否則系統自動扣除課堂。

4.任何退款或取消課堂要求恕不受理。