

# 美温武蔵浦和 祝日スケジュール



2025.2/24 (月・祝)

10:30 ↗  
~11:30

## bion EVENT 呼吸深まるヨガ

(強度★1)  
全身を大きく動かしてリフレッシュ。深い呼吸で身体の隅々まで酸素を行き渡らせ血流を良くし、免疫力を高めましょう。

CHIRO

12:00 ↗  
~13:00

## bion ストレッチ&ビューティー

RIE

13:30 ↗  
~14:30

## bion PILATES ベーシック

RIE

15:00 ↗  
~16:00

## bion EVENT 美メイク&ストレッチ

Mio

16:30 ↗  
~17:30

## bion YOGA リンパ

Mio

当日はロッカーを含め、全面的にキッズスクールを開講しております。  
スパエリアのご利用はいただけますが、サウナはご利用いただけません。  
ご理解いただきますようお願い申し上げます。