

All prices include tax. 金額は全て税込み表示です。

	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
<div>ROPPONGI</div> <div>03-6406-6550</div>	<div>19:00-20:00</div> <div>Pilates</div> <div>¥2,200</div> <div>ピラティス</div>	Closed					
<div>ARK</div> <div>03-5573-2830</div>	Closed			<div>10:00-11:00</div> <div>Yoga</div> <div>ヨガ</div>			
		<div>12:00-13:00</div> <div>Healing Yoga</div> <div>ヒーリングヨガ</div>	<div>12:00-13:00</div> <div>Hatha Flow</div> <div>ハタフロー</div>				
				<div>13:00-14:00</div> <div>Pelvic Conditioning</div> <div>Yoga</div> <div>骨盤調整ヨガ</div>	<div>13:00-14:00</div> <div>Hatha Yoga</div> <div>ハタヨガ</div>		
					<div>14:30-15:30</div> <div>Beginner Tai Chi</div> <div>太極拳ビギナー</div>		
		<div>19:00-20:00</div> <div>Pilates</div> <div>ピラティス</div>	<div>19:00-20:00</div> <div>Refresh Yoga</div> <div>リフレッシュヨガ</div>				

Classes and instructors are subject to change.
クラスとインストラクターは変更になる場合もあります。

Entering the studio 5 minutes after the class has begun is not permitted.
クラス開始後5分を過ぎでの途中入場を禁止とします。

HILLS SPA

GROUP CLASS SCHEDULE

January - March
2026

1

2

3

12/29-1/3

Group Classes will be cancelled.
グループクラス休講

