

ホットヨガスタジオ美温 三鷹 HOLIDAY SCHEDULE

全レッスン、完全予約制です。ご予約はWEBまたはお電話にて。 TEL : 0422-40-1700

| | |
|--------------------|--|
| 12月23日 | |
| SATURDAY | |
| 祝日営業 8:30~18:30 | |
| 8:30 DOOR OPEN | |
| 9:00 | 9:00~10:00 bion YOGA リラックス HATSUMI |
| 9:30 | |
| 10:00 | 10月~12月限定開催 10:30~11:30 moon yoga HATSUMI |
| 10:30 | |
| 11:00 | 12:00~13:00 bion YOGA デトックス YOKO.K |
| 11:30 | |
| 12:00 | 13:30~14:30 bion YOGA ベーシック YOKO.K |
| 12:30 | |
| 13:00 | 15:00~16:00 bion ストレッチ &リセット MINORI |
| 13:30 | |
| 14:00 | 16:30~17:30 bion YOGA 美脚&美尻 MINORI |
| 14:30 | |
| 15:00 | 18:30 DOOR CLOSE |
| 15:30 | |
| 16:00 | |
| 16:30 | |
| 17:00 | |
| 17:30 | |
| 18:00 | |
| 18:30 | |
| 19:00 | |

- ◆ マグマスパスタジオのレッスンは、カラダを芯から温め汗をかく内容です。
- ◆ □ 青枠のクラスは他に比べて運動量の多いクラスです。



ホットヨガスタジオ

美温
Bion