

ホットヨガスタジオ美温 芦花公園 LESSON SCHEDULE 2025年7月～9月

・全レッスン、完全予約制です。ご予約は予約サイトにて受付しております。

無断キャンセルは1回分自動消化となります。キャンセルはマイページからお願いいたします。
 マンスリーフリー（1日2回、1日1回）のお客様の場合はフロントにてキャンセル料1,100円(税込)をお支払いいただきます。

- ・毎週木曜日は定休日となります。レッスン内容・担当変更はWEBでお知らせします。
- ・2週間先までのご予約が可能です。その後は1日ずつ公開となります。

※スタジオへのご入室の際は、会話はお控えください。

※座席の移動についてインストラクターの指示があるまでは お客様間でのやり取りはお控えください。

※『溶岩deごろん』の時間は、当クラブの都合によりクローズになる場合もございます。予めご了承ください。

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
9:00						
	10:00 DOOR OPEN					
10:30	10:30~11:30 bion YOGA リンパ Satomi	10:30~11:30 bion ストレッチ &ビューティ MAKI	10:30~11:30 bion YOGA 美陽 KUMIKO	10:30~11:30 bion PILATES ベーシック WAKANA	10:30~11:30 bion YOGA ベーシック SHU	10:30~11:30 bion YOGA 骨盤調整 EMI
12:00	12:00~13:00 bion YOGA ベーシック sayaka	NEW 12:00~13:00 汗活!シェイプ アップYOGA YUMIKO	12:00~13:00 bion PILATES 姿勢 KUMIKO	12:00~13:00 bion YOGA リラックス Rina	12:00~13:00 bion お腹痩せ YOGA TSUGUKO	NEW 12:00~13:00 bion YOGA ベーシック EMI
13:30	13:30~14:30 bion YOGA 骨盤調整 sayaka	13:30~14:30 bion YOGA リラックス YUMIKO	13:30~14:30 bion YOGA 骨盤調整 MARI	NEW 13:30~14:30 bion YOGA 美背中 Rina	13:30~14:30 bion YOGA 骨盤調整 TSUGUKO	13:30~14:30 bion PILATES ベーシック SATSUKI
15:00	15:00~16:00 富士の溶岩de ごろん 1時間1,650円	15:00~16:00 富士の溶岩de ごろん 1時間1,650円	15:00~16:00 bion YOGA リラックス MARI	15:00~16:00 富士の溶岩de ごろん 1時間1,650円	15:00~16:00 bion YOGA リラックス Aya,I	NEW 15:00~16:00 汗活!シェイプ アップYOGA SATSUKI
16:30	16:30~17:30 富士の溶岩de ごろん 1時間1,650円	16:30~17:30 富士の溶岩de ごろん 1時間1,650円	16:30~17:30 富士の溶岩de ごろん 1時間1,650円	16:30~17:30 富士の溶岩de ごろん 1時間1,650円	16:30~17:30 bion PILATES ベーシック WAKANA	16:30~17:30 bion YOGA リラックス SATSUKI
18:00			偶数週 担当：Satomi	18:20~19:20 ベタ腹・プリ尻 ヨガ&ピラティス SATSUKI	18:00~19:00 富士の溶岩de ごろん 1時間1,650円	
19:30	19:30~20:30 bion PILATES ベーシック MIYABI	19:30~20:30 bion YOGA 美背中 sachie		19:30~20:30 bion YOGA フロー YUMIKO ※奇数週のみ	19:40~20:40 bion ストレッチ &リセット SATSUKI	
21:00	NEW 21:00~22:00 bion YOGA 骨盤調整 EMI	21:00~22:00 女性ホルモン活性化 YOGA TSUGUKO	21:00~22:00 bion YOGA リラックス YUMIKO	21:00~22:00 bion YOGA リラックス SATSUKI	21:00 DOOR CLOSE	
22:00			偶数週 担当：SHU			
23:00	23:00 DOOR CLOSE					

「おねがい」

平素より当クラブのスタジオレッスンをご利用いただき、誠にありがとうございます。
 現在、一部の人気レッスンにおきまして、多くのお客様にご好評をいただいております。キャンセル待ちが発生している状況です。
 より多くのお客様にご参加いただけるよう、やむを得ずキャンセルされる際は、できる限りお早めのキャンセルをいただきますようお願い申し上げます。

皆さまのご理解とご協力のほど、お願い申し上げます。

≪営業時間≫ 月～金 10:00～23:00
 土 9:00～21:00
 日・祝日 9:00～20:00

≪定休日≫ 毎週木曜日

