

ホットヨガスタジオ美温 六本松 LESSON SCHEDULE 2025年5月

- ・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。 ☎092-406-8750
- ・毎週木曜日は定休日となります。
- ・レッスン内容・担当の変更はWEB・館内掲示でお知らせします。
- ・毎月25日より翌月の予約受付を開始いたします。
- ・祝日は別紙スケジュールをご確認下さい。

美温六本松
Instagram



MONDAY		TUESDAY		WEDNESDAY		FRIDAY		SATURDAY		SUNDAY	
8:45 DOOR OPEN											
9:00~10:00 ストレッチ & YOGA MIKA		4月〜6月限定！ 9:00~10:00 よくばり ビューティーYOGA AZUSA		9:00~10:00 bion YOGA フロー MAYA		9:00~10:00 bion ストレッチ & 骨盤 AKINO		9:00~10:00 bion PILATES ベーシック CHIGUSA		9:00~10:00 bion YOGA フロー YOKO	
↑ この時間帯の体験は不可 ↓											
★9:00〜10:00の枠はクラブのオープン前のため、当日の電話予約又キャンセルができません。WEB予約又は前日までのご連絡をお願いいたします。 ★お車でご利用の方は3階の自動扉よりご入館ください。(8:45〜8:00まで解放致します。)★レッスンはビューティーラウンジのみの利用となります。											
10:30~11:30 bion リンパドレナージュ KUMIKO		10:30~11:30 bion YOGA リンパ MAYA		10:30~11:30 bion YOGA リラックス MIYUKI		10:30~11:30 bion YOGA リラックス CHIENO		10:30~11:30 bion YOGA 骨盤調整 MIYUKI		10:30~11:30 bion YOGA リンパ hiroko	
12:30~13:30 bion ストレッチ & ビューティー MAYA		12:00~13:00 bion de お腹痩せ YOGA SATOMI		12:30~13:30 bion YOGA 骨盤調整 YUMIKO		12:00~13:00 bion ストレッチ & リセット RIKA		12:30~13:30 bion YOGA 美脚・美尻 MIYUKI		12:00~13:00 bion YOGA リラックス hiroko	
14:15~15:15 滝汗 de メリハリBODY MAKO		13:30~14:30 bion YOGA 美腸 NONO		14:15~15:15 bion PILATES 姿勢 MAYUMI		13:30~14:30 肩コリ首コリ スッキリ YOGA YUMIKO		14:15~15:15 スローYOGA MINA		14:15~15:15 bion PILATES ベーシック MAYUMI	
15:45~16:45 bion de 美活♡溶岩フリー利用 ①溶岩フリー▶1,100円(定員5名) ②パーソナルレッスン▶6,600円(1名) ※要予約								15:45~16:45 bion de 美活♡ 溶岩フリー利用 ①溶岩フリー ②パーソナルレッスン		15:45~16:45 bion ストレッチ & リセット MAYUMI	
使い方はいろいろ♪ ①レッスンの運営に 随時主幹に 随てら様に 随友達とグループレッスン 随クラブイベントレッスンに 随パーソナルトレーニングに											
17:15~18:15 bion de 美活♡溶岩フリー利用 ①溶岩フリー▶1,100円(定員5名) ②パーソナルレッスン▶6,600円(1名) ※要予約								17:00~18:00 bion de 美活♡ 溶岩フリー利用 ①溶岩フリー ②パーソナルレッスン		17:00~18:00 bion de 美活♡ 溶岩フリー利用 ①溶岩フリー ②パーソナルレッスン	
18:45~19:45 bion YOGA リンパ YUMIKO		18:45~19:45 滝汗 de メリハリBODY MAKO		18:45~19:45 bion PILATES ベーシック CHIGUSA		18:45~19:45 bion de ダイエット KEIKO		18:30~19:30 bion ストレッチ & ビューティー CHIGUSA			
4月〜6月限定！ 20:30~21:30 よくばり ビューティーYOGA AKIKO		20:30~21:30 bion YOGA ベーシック RIKA		20:30~21:30 bion YOGA 骨盤調整 RIHO		20:30~21:30 bion YOGA リラックス MAKO		20:15~21:15 bion YOGA リンパ MAKO		5/3(土)〜5/6(火)は 祝日のため 別紙での案内になります。	
								22:00 DOOR CLOSE			
【定員制限のお知らせ】 通常定員22名→18名								NEW 今月から内容または担当者が変更になったクラスです。 特に初心者の方におすすめのクラスです。			
23:00 DOOR CLOSE											

ホットヨガ
スタジオ 美温