

ホットヨガスタジオ美温あべの

2026年8月11日(火) 山の日

祝日Lesson Schedule



10:30~11:30	★ 身体めぐりYOGA	YUMI
12:00~13:00	★ bion YOGAベーシック	YUMI
13:30~14:30	★ 肩こり首こりすっきりYOGA	KAO
15:00~16:00	★★★ キック&パンチde 滝汗シェイプアップ	ITSUE
16:30~17:30	★ bion YOGAリラックス	MASAYO
18:00~19:00	溶岩deごろん	会員外の方も 1,100円で受講できます♪

一般の方も
大歓迎★

詳しくはこちらを
CLICK

富士の溶岩deごろん

寝転んでいるだけで驚きの発汗量
美温のスタジオでは、こんな効果が期待できます。

上質な
睡眠

血流
UP!

代謝
UP!

美肌
効果

気軽にごろん

予約サイトはこちら

