

# ホットヨガスタジオ美温 溝の口 2026年GWスケジュール

- 全レッスン、完全予約制です。ご予約はWEBにて。
- スケジュールは変更させていただく場合がございますので最新情報はWEBにてご確認ください。
- 毎週木曜日は定休日です。
- 14日前午前7時から予約受付を開始いたします。

美温 溝の口

検索

	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY
9:30	5月1日(金)	5月2日(土)	5月3日(日・祝)	5月4日(月・祝)	5月5日(火・祝)	5月6日(水・祝)
10:00	10:00 DOOR OPEN					
10:30	10:30~11:30 bion YOGA リンパ RUMI	10:30~11:30 bion YOGA リラックス KAZU	10:30~11:30 bion YOGA ベーシック hiromi	10:30~11:30 bion PILATES ベーシック SHIZUKA	10:30~11:30 bion ストレッチ &ビューティー ASUMI	10:30~11:30 bion YOGA 骨盤調整 YUSAKO
11:00	★	★	★	★	★	★
11:30						
12:00	12:00~13:00 bion PILATES ベーシック RUMI	12:00~13:00 bion ストレッチ &リセット KAZU	12:00~13:00 bion YOGA シェイプ hiromi		12:00~13:00 bion YOGA 骨盤調整 ASUMI	<b>NEW</b> 12:00~13:00 しなやかボディヨガ YUSAKO
12:30	★	★	★★★	12:30~13:30 bion YOGA リラックス YUKA	★	★★
13:00				★		
13:30	13:30~14:30 bion YOGA 骨盤調整 hiromi	13:30~14:30 ほぐして整える 筋膜ケア×ストレッチ Nozomi	13:30~14:30 bion YOGA リンパ YUKA		13:30~14:30 bion de ダイエット TOMOKO	13:30~14:30 bion ストレッチ& ビューティー kiyo
14:00	★	★	★	14:00~15:00 bion ストレッチ &リセット KAZUMI	★★	★
14:30				★		
15:00	15:00~16:00 bion ストレッチ &リセット KAZU	15:00~16:00 YOGAリラックス Nozomi	15:00~16:00 bion ストレッチ &リセット YUKA		15:00~16:00 bion YOGA リラックス TOMOKO	15:00~16:00 bion ストレッチ &リセット kiyo
15:30	★	★	★	15:30~16:30 bion YOGA ベーシック KAZU	★	★
16:00				★		
16:30	16:30~17:30 快眠YOGA KAZU	16:40~17:40 bion YOGA 美腸 YUSAKO	16:30~17:30 bion YOGA リラックス YUNI	<b>NEW</b> 17:00~18:00 ディープリラックス YOGA KAZU	16:30~17:30 bion YOGA ベーシック HIROKO	16:30~17:30 bion YOGA ベーシック YUKA
17:00	★	★★	★	★	★	★
17:30						
18:00		18:10~19:10 快眠YOGA YUSAKO	18:00~19:00 bion YOGA 骨盤調整 YUNI	18:30~19:30 ほぐして整える 筋膜ケア×ヨガ Orie	18:00~19:00 bion YOGA リンパ HIROKO	18:00~19:00 bionYOGA リラックス YUKA
18:30	18:30~19:30 bion ストレッチ &リセット YUSAKO	★	★	★	★	★
19:00	★					
19:30						
20:00	20:00 DOOR CLOSE					
20:30	20:00~21:00 bion YOGA ベーシック YUSAKO					
21:00	★	21:00 DOOR CLOSE				
21:30	21:15~22:00 富士の溶岩deごろん	*富士の溶岩deごろん* 1回¥1,100で 美温スタジオを ご利用いただけます♪ ※すべて消費税込みの価格です。				
22:00						
22:30						
23:00	23:00 DOOR CLOSE					

## \*寝るだけ！温活フリーパス\*

温かいスタジオでまったりと45分間過ごします♪  
期間内、何度でもご利用いただける通い放題プラン！

1ヶ月プラン 3,000円  
2ヶ月プラン 5,000円

※購入店舗のみ・ご本人様のみご利用いただけるフリーパスです。  
※有効期限内外に問わず、返金・期間延長はいたしかねます。  
※記載の価格は全て税込となります。

＼大好評／  
期間限定レッスン

## 快眠YOGA

月曜 17:00 ~  
金曜 16:30 ~  
土曜 18:10 ~

深い呼吸と共に凝り固  
まった心身を開放します。  
自律神経を整え、  
快眠へと導きます。