ホットヨガスタジオ美温 溝の口 LESSON SCHEDULE 2024年4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。〈044-328-9970〉 美温 溝の口 検索

・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店頭またはWEBにてご確認ください。

・毎週木曜日は定休日になります。

・毎月25日より翌月の予約受付を開始いたします。

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
9:30						
10:00	10:00 DOOR OPEN					
10:30	10:30~11:30 bion PILATES ベーシック YUKI ★	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 ★	10:30~11:30 bion YOGA 骨盤調整 HATSUMI ★	10:30~11:30 bion YOGA リラックス MIKI ★	10:30~11:30 bion YOGA ベーシック hiromi ★
12:00		12:00~13:00 bion YOGA 骨盤調整 ASUMI ★	12:00~13:00 bionYOGA ベーシック YUSAKO ★	12:00~13:00 bion YOGA ベーシック HATSUMI ★	NEW 12:00~13:00 bion YOGA シェイプ NATSUKI ★★★	12:00~13:00 bion YOGA シェイプ hiromi ★★★
12:30	12:30~13:30 bion de ダイエット YUKA ★★					
13:00			NEW		NEW	
13:30		13:30~14:30 bion de ダイエット TOMOKO ★★	13:30~14:30 bion PILATES 姿勢 YUKARI ★★	13:30~14:30 bion YOGA 骨盤調整 hiromi ★	13:30~14:30 bion YOGA ベーシック NATSUKI ★	13:30~14:30 bion ストレッチ &ビューティー K.YUKO ★
14:00	NEW 14:00~15:00 bion ストレッチ &ビューティー emi ★					
14:30						
15:00		15:00~16:00 bion YOGA ベーシック TOMOKO ★	15:00~16:00 bion YOGA リンパ YUKARI ★	15:00~16:00 bion ストレッチ& リセット YUKA ★	15:00~16:00 bion YOGA 骨盤調整 REIKA ★	15:00~16:00 bion YOGA フロー K.YUKO ★★★
15:30	NEW 4月限定 15:30~16:30 bion YOGA 美背中 TOMOKO ★★					
16:00		16:15~17:00 富士の溶岩deごろん	16:30~17:30 bion YOGA 美腸 MIYUKI ★★	16:30~17:15 富士の溶岩deごろん	16:40~17:40 bion YOGA 美腸 YUSAKO ★★	16:30~17:30 bion YOGA リラックス YUNI ★
16:30						
17:00	NEW 4月限定 17:00~18:00 bion YOGA 股関節調整 YUKO ★					
17:30		17:15~18:00 富士の溶岩deごろん		17:15~18:00 富士の溶岩deごろん		
18:00					NEW 18:10~19:10 bion YOGA リラックス YUSAKO ★	18:00~19:00 bion YOGA 骨盤調整 YUNI ★
18:30	18:30~19:30 bion YOGA 美脚・美尻 KAZU ★★	18:30~19:30 bion PILATES ベーシック YUKO ★	NEW 18:30~19:30 bion YOGA ベーシック YUKA ★	18:30~19:30 bion ストレッチ &リセット YUSAKO ★		
19:00						
19:30						
20:00			NEW			20:00 DOOR CLOSE
20:30	20:00~21:00 bion YOGA リラックス KAZU ★	20:00~21:00 bion YOGA ベーシック YUKO ★	20:00~21:00 bion YOGA リラックス YUKA ★	20:00~21:00 bion YOGA ベーシック YUSAKO ★		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。
21:00					21:00 DOOR CLOSE	
21:30					＊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♪	
22:00						
22:30					♪温友♪をご存知ですか？ お友達・ご家族などご紹介頂くとお得な特典もございます♪ 詳しくはスタッフまでお声かけ下さい。 皆で温活を楽しみましょう♡	
23:00	23:00 DOOR CLOSE					