

HOLIDAY LESSON SCHEDULE

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〉

	10/13(月・祝)
	10:00-20:00
10:00	10:00 DOOR OPEN
10:30	10:30~11:30
11:00	bion PILATES ベーシック
11:30	YUKI★
12:00	
12:30	12:30~13:30
13:00	bion de リラックス
13:30	YUKA★
14:00	14:00~15:00
14:30	bion ストレッチ&リセット
15:00	KAZUMI★
15:30	15:30~16:30
16:00	bion YOGA ベーシック
16:30	KAZU★
17:00	期間限定レッスン♪
17:30	17:00~18:00
18:00	筋膜ケア×ストレッチ
	KAZU★
18:30	18:30~19:15
19:00	富士の溶岩deごろん
19:30	
20:00	20:00 DOOR CLOSE

LESSON INFORMATION

* 期間限定レッスン *

内容：ほぐして整える 筋膜ケア×ストレッチ
時間：17:00~18:00
担当：KAZU

筋膜のこわばりをほぐし、全身の巡りをスムーズに。
ホット環境で行うストレッチと組み合わせた筋膜ケアで、
終わった後はスッと軽いカラダへ。

* 富士の溶岩deごろん *

時間：18:30~19:15
料金：1回 同伴利用で無料
※ビジターの方と一緒にご利用でどちらも利用料0円
フロントまでお問い合わせください。

ストレッチをしたり♪岩盤浴をしたり♪
ご自身のペースで
美温スタジオをご利用いただけます♪



美温 溝の口

検索

ホットヨガ
スタジオ 美温
Bion

※すべて消費税込の価格です。