

# ホットヨガスタジオ美温溝の口

## HOLIDAY LESSON SCHEDULE

全レッスン、完全予約制です。ご予約はWEBにて。

2/23(月・祝)	
10:00	10:00-20:00
10:30	10:30~11:30 PILATESベーシック SHIZUKA
11:30	★
12:00	
12:30	12:30~13:30 bion de リラックス YUKA
13:30	★
14:00	
14:30	14:00~15:00 bion ストレッチ&リセット KAZUMI
15:00	★
15:30	祝日特別レッスン♪ 15:30~16:30 お腹フォーカスクラス TOMOKO
16:00	★★
16:30	
17:00	祝日特別レッスン♪ 17:00~18:00 アロマリラックスヨガ TOMOKO
17:30	★
18:00	
18:30	18:30~19:15 富士の溶岩deごろん
19:00	
19:30	
20:00	20:00 DOOR CLOSE

### LESSON INFORMATION

#### \*祝日特別レッスン\*

内容：お腹フォーカスクラス

時間：15:30~16:30

担当：TOMOKO

ヨガのポーズやピラティス、  
トレーニングの要素を入れながら  
お腹にフォーカスしていきます。

#### \*祝日特別レッスン\*

内容：アロマリラックスヨガ

時間：17:00~18:00

担当：TOMOKO

アロマの香りを感じながら身体をあたため  
脳も身体もリラックスへと導いていきます。

#### \*富士の溶岩deごろん\*

時間：18:30~19:15

料金：1回 1,100円

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♪

#### \*紹介キャンペーン\*

お友達・ご家族が入会したらどちらにも嬉しい特典！

ご紹介者様：

対象月の月会費から2,000円OFF

ご入会者様：

対象月の月会費から2,000円OFF

さらに！1月は抽選で豪華賞品をプレゼント！！

詳しくはスタッフまでお声がけください。

美温 溝の口

検索

ホットヨガ  
スタジオ  
Eion  
美温

※すべて消費税込の価格です。