

ホットヨガスタジオ美温 2026年9月祝日スケジュール

9月21日(月.祝)

	10:00 DOOR OPEN
10:30	
11:00	10:30~11:30 bion YOGA リンパ YUMI
11:30	
12:00	12:00~13:00 bion YOGA ベーシック MARI
12:30	
13:00	
13:30	7月~9月の期間限定レッスン
14:00	13:30~14:30 夏尻リカバリーYOGA ~夏に負けない美しいカラダ~ HIROE
14:30	
15:00	15:00~16:00 bion YOGA 美腸 NAOKO
15:30	
16:00	
16:30	16:30~17:30 bion ストレッチ &リセット KANNA
17:00	
17:30	
18:00	
18:30	
19:00	

9月22日(火.祝)

	10:00 DOOR OPEN
10:30	
11:00	10:30~11:30 bion YOGA ベーシック KAZUKO
11:30	
12:00	12:00~13:00 bion YOGA シェイプ KAZUKO
12:30	
13:00	
13:30	
14:00	13:30~14:30 bion de ポール&ヨガ AYANA
14:30	
15:00	
15:30	15:10~16:10 bion YOGA 美腸 TOMOKA
16:00	
16:30	16:30~17:30 bion EVENT LESSON ウェーブリング&ヨガ TOMOKA
17:00	
17:30	※定員は20名となります
18:00	
18:30	
19:00	

9月23日(水.祝)

	10:00 DOOR OPEN
10:30	7月~9月の期間限定レッスン
11:00	10:30~11:30 夏尻リカバリーYOGA ~夏に負けない美しいカラダ~ JUN
11:30	
12:00	12:00~13:00 bion de ポール&PILATES JUN
12:30	
13:00	
13:30	
14:00	13:30~14:30 bion YOGA リラックス KAO
14:30	
15:00	7月~9月の期間限定レッスン
15:30	15:00~16:00 滝汗!サマー燃焼MAX YOGA&SHAPE ~夏に負けない引き締まったカラダ~ AYANA
16:00	
16:30	16:30~17:30 bion de ポール&ヨガ AYANA
17:00	
17:30	
18:00	
18:30	
19:00	

- ・全レッスン、完全予約制です。レッスン予約サイトにてご予約ください。
- ・毎週金曜日は定休日となります。
- ・レッスン内容・担当の変更はWEBお知らせします。
- ・祝日はレッスンスケジュールが変更となります。別途館内掲示・HPで告知させていただきます。
- ・無断キャンセルの場合、ご予約いただいたチケットや月会費1回分が自動消化となります。予めご了承ください。