

# ホットヨガスタジオ美温 大高 LESSON SCHEDULE 1月15日(金)ー2月7日(日)

- ・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。 TEL：052-883-8914
- ・毎週木曜日は定休日となります。・レッスン内容・担当の変更はWEB・館内掲示でお知らせします。
- ・施設ご利用時、レッスン中も含めマスクの着用をお願いいたします。



	MONDAY 定員8名	TUESDAY 定員8名	WEDNESDAY 定員8名	FRIDAY 定員8名	SATURDAY 定員10名	SUNDAY 定員10名
10:00	10:00 DOOR OPEN					
10:30	10:30~11:30 bion YOGA リラククス MIYAKO	10:30~11:30 bion ポールde エクササイズ Ishtal	10:30~11:30 bion YOGA リンパ Ishtal	10:30~11:30 bion YOGA リラククス hiroko	10:30~11:30 bion YOGA リンパ CHIE	10:30~11:30 bion YOGA リンパ ♡ Ishtal ♥ CHIE
12:00	12:00~12:45 bion溶岩フリータイム ※インフォメーション 詳細記載	12:00~13:00 bion YOGA ベーシック MIKA	12:00~13:00 bion de ダイエット MICHIKO	12:00~13:00 bion YOGA ベーシック MISAKI	12:00~13:00 bion YOGA 美脚&美尻 CHIE	12:00~13:00 bion YOGA 美腸 ♡ Ishtal ♥ CHIE
13:30	13:30~14:30 bion YOGA リンパ CHIAKI	13:30~14:15 bion溶岩フリータイム ※インフォメーション 詳細記載	13:30~14:30 bion ストレッチ &リセット MICHIKO	13:30~14:30 bion YOGA 骨盤調整 KEIKO	13:30~14:30 bion YOGA リラククス ◆MIYAKO ◇ CHIAKI	13:30~14:30 bion YOGA 美脚&美尻 ETSUKO
15:00	15:00~16:00 bion YOGA ベーシック FUMI	15:00~16:00 bion YOGA リンパ SAORI	15:00~15:45 bion溶岩フリータイム ※インフォメーション 詳細記載	15:00~16:00 bion de ダイエット CHIE	15:00~16:00 bion YOGA ベーシック ★ YUKI ☆ CHIAKI	<b>NEW</b> 15:00~16:00 bion YOGA リラククス YUKARI
16:45	16:45~17:30 bion溶岩フリータイム ※インフォメーション 詳細記載	16:45~17:30 bion溶岩フリータイム ※インフォメーション 詳細記載	16:45~17:30 bion溶岩フリータイム ※インフォメーション 詳細記載	16:45~17:30 bion溶岩フリータイム ※インフォメーション 詳細記載	16:30~17:30 bion YOGA 骨盤調整 KEIKO	♡♥日曜日 担当インストラクター ♡ 1、2週目 ♥ 3、4、5週目
18:15	18:15~19:15 bion YOGA 骨盤調整 KEIKO	18:15~19:15 bion YOGA リラククス YUKARI	18:15~19:15 bion YOGA リンパ YUKI	18:15~19:15 bion ストレッチ &リセット TAKAYO	◇◆土曜日 担当インストラクター ◆ 1、3、5週目 ◇ 2、4週目  ☆☆土曜日 担当インストラクター ★ 1、3、5週目 ☆ 2、4週目	
20:00	20:00 DOOR CLOSE					

## 【1/15(金)~2/7(日)短縮営業のお知らせ】

緊急事態宣言発令に伴い、当店舗におきましては下記の通り短縮営業を実施させていただきます。急な決定に際し、お客様には大変ご不便をおかけいたしますが、ご理解・ご協力の程よろしくお願ひ申し上げます。なお、今後の政府の要請や社会情勢により、変更を余儀なくされることも考えられます。その際は、改めてホームページなどでご案内させていただきますのでご確認の程よろしくお願ひいたします。

- 1.短縮営業期間／2021年1月15日(金)~2/7(日)
- 2.短縮営業時間／平日・土曜日 10:00~20:00

## ★bion溶岩フリータイム★

短縮営業期間中、月会費登録のお客様は無料でご利用いただけます。ご希望の方は、事前にお電話にてご予約くださいますようお願いいたします。

定員：10名/回

NAS LIVE

全レッスン

期間限定：1/12(火)~2/7(日)

◀うち時間、緊急応援企画▶

無料開放

期間中、全レッスン無料で受講いただけます。初めての方も、リピーターの方も、この機会にぜひ!

友だち  
募集中

@747ufqon

お店の最新情報をGET!

