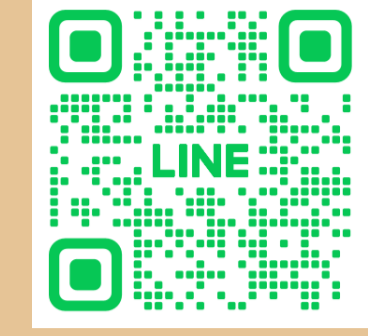


# ホットヨガスタジオ美温 六本松 X'mas LESSON SCHEDULE

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。



12/24(SUN)	
9:00	9:00~10:00 bion YOGA フロー YOKO
10:00	
10:30	10:30~11:30 X'mas Special 暗闇でキャンドルYOGA AKIKO
11:00	
12:00	
12:30	12:30~13:30 bion YOGA リラックス CHIZU
13:00	
14:00	
14:15	14:15~15:15 bion YOGA 美腸 hiroko
15:00	
16:00	16:00~17:00 PILATES ベーシック TOMOKO
17:00	
18:00	18:00~19:00 bion de 美活♡ 溶岩フリー利用 ※有料1,100円 ※レッスンではありません。 ※溶岩フリーチケットでご利用いただけます。
19:00	
20:00	20:00 DOOR CLOSE

Merry Christmas

12/24.25はクリスマス  
イベントレッスンで  
お楽しみください♡

**THE SLOW  
リンパドレナージュ**

ゆっくりと動きながら各リンパ節を刺激し、「リンパを活性化すること」「滞りなく全身に”リンパ液”と”血液”を巡らせること」にこだわったセルフ美容整体メニューです♡初めての方にもおすすめのクラスです♪

**クリスマスも  
滝汗YOGA♡**

クリスマスだって、YOGAを楽しみましょう♪  
しっかり動いて滝汗でメリークリスマス♪

**X'mas Special  
暗闇でキャンドルYOGA**

キャンドルの灯りの中でゆっくりとYOGAを楽しむ時間をお過ごしいただけます。いつもと違う雰囲気スタジオで、心も身体も癒されに来てくださいね★



12/25(MON)	
9:00	9:00~10:00 ストレッチ& YOGA MIKA
10:00	
10:30	10:30~11:30 THE SLOW リンパドレナージュ SHINOBU
11:00	
12:00	
12:30	12:30~13:30 クリスマスも 滝汗YOGA♡ MAYA
13:00	
14:00	
14:15	14:15~15:15 bion de ダイエット MAKO
15:00	
16:00	15:45~16:45 bion de 美活♡ 溶岩フリー利用 ※有料1,100円 ※レッスンではありません。 ※溶岩フリーチケットでご利用いただけます。
17:00	
17:15	17:15~18:15 bion de 美活♡ 溶岩フリー利用 ※有料1,100円 ※レッスンではありません。 ※溶岩フリーチケットでご利用いただけます。
18:00	
18:45	18:45~19:45 bion YOGA リンパ YUMIKO
19:00	
20:00	
20:30	20:30~21:30 X'mas Special 暗闇でキャンドルYOGA AKIKO
21:00	
22:00	
23:00	23:00 DOOR CLOSE

◆◆◆6のつく日は/  
◆◆◆6本松美温の日◆◆◆

12月の美温の日は  
12/6、12/16、12/26です。  
チケットの購入時にクーポンコードを  
入力すると10%OFFでご購入  
いただけます! ※別紙にてご案内。

