

ホットヨガスタジオ美温 六本松 HOLYDAY 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。



2/11(WED)		2/23(MON)
<div>PICK UP</div> <div>9:00~10:00 美魔女♡ フローYOGA MAYA</div>	<div>9:00~10:00 美魔女♡ フローYOGA MAYA</div>	<div>9:00~10:00 肩甲骨リセット YOGA AKIKO</div>
<div>10:30~11:30 bion YOGA リラックス MIYUKI</div>	<div>しなやかにかついつもより しっかり動きたい方向けのクラスになります。 指の先まで美しく！ カラダの巡りを良くしながら、大きな筋肉群を 中心に動かしつつ 美魔女(※実年齢より10歳以上若く見える女性)を 目指していきましょう♪</div>	<div>10:30~11:30 bion リンパ ドレナージュ KUMIKO</div>
<div>12:30~13:30 bion YOGA 骨盤調整 YUMIKO</div>		<div>12:30~13:30 bion ストレッチ& ビューティー MAYA</div>
<div>14:15~15:15 bion PILATES 姿勢 MAYUMI</div>	<div>14:15~15:15 滝汗 de メリハリBODY MAKO</div>	<div>PICK UP</div> <div>14:15~15:15 滝汗 de メリハリ BODY MAKO</div>
<div>15:45~16:45 bion de 美活♡ 溶岩フリー利用 ※有料1,100円 ※溶岩フリーチケットでご利用いただけます。</div>	<div>女性が気になる部分 (美腹・美尻・美腕・美脚・美背中)を パーツ別にトレーニングし、 身体の引き締めとビューティストレッチで メリハリBODYを作るレッスンです。 たくさん汗をかくて スッキリフレッシュ！</div>	<div>15:45~16:45 肩コリ首コリ スッキリYOGA YUMIKO</div>
<div>17:15~18:15 bion de 美活♡ 溶岩フリー利用 ※有料1,100円 ※溶岩フリーチケットでご利用いただけます。</div>		<div>17:15~18:15 bion de 美活♡ 溶岩フリー利用 ※有料1,100円 ※溶岩フリーチケットでご利用いただけます。</div>
<div>20:00 DOOR CLOSE</div>	<div> </div>	<div> </div> <div>20:00 DOOR CLOSE</div>