

ホットヨガスタジオ美温 六本松 LESSON SCHEDULE 2026年3月

- ・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。 ☎092-406-8750
 - ・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。
 - ・2026年1/19より14日前の朝7時から翌月分のを公開いたします。
 - ・祝日は別紙スケジュールをご確認下さい。

スポーツクラブNAS 公式LINE

美温六本松 Instagram



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY					
8:45 DOOR OPEN										
9:00 9:00~10:00 ストレッチ& YOGA MIKA	9:00~10:00 シェイプアップ YOGA AZUSA	9:00~10:00 bion YOGA フロー MAYA	9:00~10:00 bion ストレッチ& 骨盤 AKINO	9:00~10:00 bion PILATES ベーシック CHIGUSA	9:00~10:00 bion YOGA フロー YOKO					
↑ この時間帯の体験は不可 ↑										
★9:00~10:00の枠はクラブのオープン前のため、当日の電話予約又キャンセルができません。WEB予約又は前日までのご連絡をお願いいたします。 ★お車でお越しの方は3階の自動扉よりご入館ください。(8:45~9:00まで解錠致します。) ★レッスン前はビューティーラウンジのみの利用となります。										
10:30~11:30 ルーシーダットン KUMIKO	10:30~11:30 bion YOGA リンパ MAYA	10:30~11:30 bion YOGA リラックス MIYUKI	10:30~11:30 bion YOGA リラックス CHIENO	10:30~11:30 bion YOGA 骨盤調整 MIYUKI	10:30~11:30 bion YOGA リラックス hiroko					
12:30~13:30 bion ストレッチ& ビューティー ^{NEW} MAYA	12:00~13:00 bion YOGA フロー SATOMI	12:30~13:30 bion YOGA 骨盤調整 YUMIKO	12:00~13:00 bion ストレッチ& リセット RIKA	12:30~13:30 bion YOGA 美脚・美尻 MIYUKI	12:00~13:00 bion YOGA リンパ hiroko					
14:15~15:15 滝汗 de メリハリBODY MAKO	13:30~14:30 bion ストレッチ& ビューティー ^{NEW} SATOMI	14:15~15:15 bion PILATES 姿勢 MAYUMI	14:15~15:15 bion YOGA 美脚・美尻 KUMIKO	14:15~15:15 開運YOGA MINA	14:30~15:30 bion ストレッチ& リセット KUMIKO					
15:45~16:45 bion de 美活♡溶岩フリー利用										
①溶岩フリー▶1,100円(税込) (定員5名) ②パーソナルレッスン▶6,600円 (1名) ※要IR予約										
17:15~18:15 bion de 美活♡溶岩フリー利用										
①溶岩フリー▶1,100円(税込) (定員5名) ②パーソナルレッスン▶6,600円 (1名) ※要IR予約										
18:45~19:45 肩コリ首コリ スッキリ YOGA YUMIKO	18:45~19:45 滝汗 de メリハリBODY MAKO	18:45~19:45 bion PILATES ベーシック CHIGUSA	18:45~19:45 bion de 美活♡ ダイエット KEIKO	18:45~19:45 bion de 美活♡ 溶岩フリー利用 ①溶岩フリー▶1,100円(税込) (定員5名) ②パーソナルレッスン▶6,600円 (1名) ※要IR予約						
20:30~21:30 bion YOGA 美姿勢 AKIKO	20:30~21:30 bion YOGA ベーシック RIKA	20:30~21:30 bion YOGA 骨盤調整 RIHO	20:30~21:30 bion YOGA リラックス MAKO	20:00 DOOR CLOSE						
22:00 DOOR CLOSE										
3/20(金)は祝日のため別紙にてご案内致しました。										
ホットヨガ スタジオ 										
【定員制限のお知らせ】 通常定員22名→18名										
23:00 DOOR CLOSE										

3/20(金)は祝日のため
別紙にてご案内致します。

ホットヨガ スタジオ 美温

【定員制限のお知らせ】

今月から内容または担当者が変更になったクラスです。

