

ホットヨガスタジオ美温 溝の口 クリスマス&年末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。〈044-328-9970〉

美温 溝の口

検索

・スケジュールは変更させていただく場合がございますので最新情報はWEBにてご確認ください。

・毎週木曜日は定休日になります。

・毎月25日より翌月の予約受付を開始いたします。

	12月23日	12月24日	12月25日	12月27日	12月28日	12月29日
9:30						
10:00	10:00 DOOR OPEN					
10:30						
10:30~11:30	bion PILATES ベーシック YUKI ★	bion ストレッチ &ビューティー ASUMI ★	bion YOGA 骨盤調整 YUSAKO ★	bion YOGA ベーシック HATSUMI ★	bion YOGA リラックス YUMIKO ★	bion YOGA ベーシック hiromi ★
11:30						
12:00						
12:00~13:00		bion YOGA 骨盤調整 ASUMI ★	bion YOGA ベーシック YUSAKO ★	bion PILATES 美脚 HATSUMI ★★	bion YOGA シェイプ YUMIKO ★★★	bion YOGA シェイプ hiromi ★★★
12:30	12:30~13:30 bion de ダイエット YUKA ★★					
13:00						
13:30		13:30~14:30 bion de ダイエット TOMOKO ★★	13:30~14:30 bion PILATES 姿勢 YUKARI ★★	13:30~14:30 bion YOGA 骨盤調整 hiromi ★	13:30~14:30 bion YOGA ベーシック SAKO ★	13:30~14:30 bion YOGA リンパ YUKA ★
14:00	14:00~15:00 bion ストレッチ &リセット SANA ★					
14:30						
15:00		15:00~16:00 bion アロマキャンドル リラックス TOMOKO ★	15:00~16:00 bion YOGA リンパ YUKARI ★	15:00~16:00 bion ストレッチ& リセット YUKA ★	15:00~16:00 bion BODY&Mental コンディショニング Nozomi	15:00~16:00 bion YOGA ポール&ストレッチ YUKA ★
15:30	15:30~16:30 bion YOGA ベーシック TOMOKO ★					
16:00						ストレッチボールを使用して 全身をほぐしていくクラスです。
16:30		16:15~17:00 富士の溶岩deごろん	16:30~17:30 bion YOGA リラックス MIYUKI ★		16:40~17:40 bion YOGA 美腸 YUSAKO ★★	16:30~17:30 bion YOGA リラックス YUNI ★
17:00	17:00~18:00 bion YOGA ポール&ストレッチ TOMOKO ★			17:00~18:00 bion YOGA リンパ KAZU ★		
17:30		17:15~18:00 富士の溶岩deごろん				
18:00						
18:00	ストレッチボールを使用して 全身をほぐしていくクラスです。					
18:30	18:30~19:30 bion YOGA 美脚・美尻 KAZU ★★	18:30~19:30 bion 脂肪燃焼 PILATES YUKO ★	18:30~19:30 bion YOGA ベーシック YUKA ★	18:30~19:30 bion ストレッチ &リセット YUSAKO ★	18:10~19:10 bion YOGA 美脚・美尻 YUSAKO ★★	18:00~19:00 bion YOGA 骨盤調整 YUNI ★
19:00						
19:30						
20:00	20:00~21:00 bion YOGA リラックス KAZU ★	20:00~21:00 bion キャンドルナイト YOGA YUKO ★	20:00~21:00 bion YOGA リラックス YUKA ★	20:00~21:00 bion YOGA ベーシック YUSAKO ★		
20:30						
21:00					21:00 DOOR CLOSE	
21:30					*富士の溶岩deごろん*	
22:00					1回¥1,100で 美温スタジオを ご利用いただけます♪	
22:30					NEW 今月から内容 または担当者が 変更になったクラスです。	
23:00	23:00 DOOR CLOSE					

Bion News
♪温友♪

・月会費プランへの入会で、
紹介者様⇒ギフト券
4,000円分プレゼント

入会者様⇒入会金・
事務手数料・初月分月会費
まとめて0円
是非ご家族やお友達と
一緒にレッスンを
ご参加下さい♪

