

# ホットヨガスタジオ美温 溝の口 LESSON SCHEDULE 2025年4月

- 全レッスン、完全予約制です。ご予約はWEBにて。
- 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です。
- 毎月25日より翌月の予約受付を開始いたします。

美温 溝の口 検索

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
9:30						
10:00	10:00 DOOR OPEN					
10:30						
11:00	10:30~11:30 bion PILATES ベーシック YUKI	10:30~11:30 bion ストレッチ &ビューティー ASUMI	10:30~11:30 bion YOGA 骨盤調整 YUSAKO	<b>NEW</b> 10:30~11:30 bion YOGA ベーシック YUKO	<b>NEW</b> 10:30~11:30 bion よくばり ビューティーYOGA KAZU	10:30~11:30 bion YOGA ベーシック hiromi
11:30	★	★	★	★	★	★
12:00						
12:30		12:00~13:00 bion YOGA 骨盤調整 ASUMI	12:00~13:00 bion YOGA ベーシック YUSAKO	<b>NEW</b> 12:00~13:00 bion PILATES ベーシック YUKO	12:00~13:00 bion YOGA フロー KAZU	12:00~13:00 bion YOGA シェイプ hiromi
13:00	12:30~13:30 bion de ダイエット YUKA	★	★	★	★★★	★★★
13:30	★★					
14:00	<b>NEW</b> 14:00~15:00 bion ストレッチ &リセット KAZUMI	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	<b>NEW</b> 13:30~14:30 bion YOGA リンパ Nozomi	13:30~14:30 bion YOGA リンパ YUKA
14:30	★	★★	★★	★	★	★
15:00		<b>NEW</b> 15:00~16:00 bion YOGA ベーシック TOMOKO	15:00~16:00 bion YOGA リンパ YUKARI	<b>NEW</b> 15:00~16:00 bion よくばり ビューティーYOGA YUKA	15:00~16:00 bion PILATES ベーシック Nozomi	15:00~16:00 bion YOGA ボール&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 全身をほく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	<b>NEW</b> 17:00~18:00 bion YOGA リラックス 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			18:30~19:30 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
18:30	18:30~19:30 bion YOGA 美脚・美尻 KAZU	18:30~19:30 bion PILATES ベーシック YUKO	★	★	★★	★
19:00	★★	★				
19:30						
20:00	<b>NEW</b> 20:00~21:00 bion よくばり ビューティーYOGA KAZU	<b>NEW</b> 20:00~21:00 bion YOGA ベーシック 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		20:00 DOOR CLOSE
20:30	★	★	★	★		
21:00					21:00 DOOR CLOSE	
21:30					* 富士の溶岩deごろん * 1回¥1,100で 美温スタジオを ご利用いただけます♪ ※すべて消費税込みの価格です。	
22:00						
22:30						
23:00	23:00 DOOR CLOSE					