

ホットヨガスタジオ美温 溝の口 LESSON SCHEDULE 2025年7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 ★	NEW 10:30~11:30 bion YOGA リンパ RUMI ★	NEW 10:30~11:30 bion YOGA リラックス 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 ★	NEW 12:00~13:00 bion PILATES ベーシック RUMI ★	12:00~13:00 bion YOGA ベーシック 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		13:30~14:30 bion de ダイエット TOMOKO ★★	NEW 13:30~14:30 bion PILATES ベーシック YUKARI ★	13:30~14:30 bion YOGA 骨盤調整 hiromi ★	13:30~14:30 bion YOGA リンパ Nozomi ★	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 KAZUMI ★					
14:30						
15:00		15:00~16:00 bion YOGA ベーシック TOMOKO ★	NEW 15:00~16:00 bion ストレッチ &リセット YUKARI ★	NEW 15:00~16:00 bion YOGA ベーシック YUKA ★	15:00~16:00 bion YOGA リラックス Nozomi ★	NEW 15:00~16:00 夏の汗活 シェイプアップYOGA YUKA ★★
15:30	15:30~16:30 bion YOGA ベーシック TOMOKO ★					
16:00		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 ★	17:00~18:00 bion YOGA リンパ KAZU ★	16:40~17:40 bion YOGA 美腸 YUSAKO ★★	16:30~17:30 bion YOGA リラックス YUNI ★
16:30						
17:00	17:00~18:00 bion YOGA リラックス TOMOKO ★	17:15~18:00 富士の溶岩deごろん				
17:30						
18:00						
18:30	18:30~19:30 bion YOGA 美脚・美尻 KAZU ★★	18:30~19:30 bion YOGA ベーシック HIROKO ★	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 肩こり首こり すっきりヨガ YUSAKO ★	18:00~19:00 bion YOGA 骨盤調整 YUNI ★
19:00						
19:30						
20:00	NEW 20:00~21:00 夏の汗活 シェイプアップYOGA KAZU ★★	20:00~21:00 bion YOGA リンパ HIROKO ★	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						
21:30						
22:00						
22:30						
23:00	23:00 DOOR CLOSE					

★美温 News★
大好評！
期間限定レッスン

夏の汗活
シェイプアップYOGA
⇒月曜20:00~
日曜15:00~

夏もしっかり汗をかこう！
ホットスタジオで
楽しくエクササイズ！
ボディメイク、シェイプ
アップ目的の強度高めの
YOGAクラスです。
是非ご参加下さい。

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。

