

ホットヨガスタジオ美温 大高 LESSON SCHEDULE 2025年3月

ホットヨガ
スタジオ **美温**
Bion

- ・全レッスン、完全予約制です。
- ・レッスン予約サイトにてご予約をお願いいたします。
- ・毎週木曜日は定休日となります。
- ・レッスン内容、担当者の変更は予約サイト、HPにてお知らせします。
- ・無断キャンセルの場合、チケットまたは月会費1回分消化となります。
レッスン開始30分前までにキャンセルをお願いいたします。

定員15名

チェックアウトは
レッスン終了後
60分まで

スタジオへの入室は
レッスン開始
15分前から



予約サイト

【予約受付開始】2月25日（火）22時

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY					
	定員15名	定員15名	定員15名	定員15名	定員15名	定員15名					
10:00	10:00 DOOR OPEN						10:00				
10:30	NEW 10:30~11:30 bion 肩こり首こりスッキリ YOGA MIYAKO	10:30~11:30 bion YOGA 美腸 MISAKI	10:30~11:30 bion 美メイク& ストレッチ 【期間限定プログラム】 Ishtal	NEW 10:30~11:30 bion 気分爽快 リフレッシュYOGA CHIE	10:30~11:30 bion YOGA リンパ CHIE	10:30~11:30 bion YOGA Weekly Change	10:30				
11:30							11:30				
12:00	12:00~13:00 bion YOGA 美腸 FUMI	12:00~13:00 bion YOGA 骨盤調整 MISAKI	12:00~13:00 bion 筋膜リリース Chihiro	12:00~13:00 bion YOGA ゆっくりボディシェイプ WAKAKO	12:00~13:00 bion YOGA シェイプ CHIE	12:00~13:00 bion YOGA 美腸	12:00				
12:30							12:30				
13:00							13:00				
13:30	13:30~14:30 bion 美メイク& リラックスヨガ 【期間限定プログラム】 CHIAKI	13:30~14:30 bion YOGA リンパ Chihiro	13:30~14:30 bion YOGA リンパ WAKAKO	13:30~14:30 bion YOGA 骨盤調整 KEIKO	13:30~14:30 bion 美メイク& リラックスヨガ 【期間限定プログラム】	13:30~14:30 bion 美メイク& ストレッチ 【期間限定プログラム】 ETSUKO	13:30				
14:00							14:00				
14:30							14:30				
15:00			NEW	NEW			15:00				
15:30	15:00~16:00 富士の溶岩deごろん	15:00~16:00 富士の溶岩deごろん	15:00~16:00 bion YOGA 骨盤調整 SAORI	15:00~16:00 bion YOGA 春のエナジー CHIE	15:00~16:00 bion YOGA Weekly Change	15:00~16:00 bion YOGA 骨盤調整 SAORI	15:30				
16:00							16:00				
16:30					16:30~17:30 bion YOGA 骨盤調整 KEIKO	16:30~17:30 富士の溶岩deごろん	16:30				
17:00							17:00				
17:30	17:00~18:00 富士の溶岩deごろん	17:00~18:00 富士の溶岩deごろん	17:00~18:00 富士の溶岩deごろん	17:00~18:00 富士の溶岩deごろん			17:30				
18:00							18:00				
18:30					18:00~19:00 富士の溶岩deごろん		18:30				
19:00	19:00~20:00 bion YOGA 骨盤調整 KEIKO	19:00~20:00 bion 筋膜リリース KAHO	19:00~20:00 bion YOGA 美腸 YURI	19:00~20:00 bion YOGA 美姿勢 KAHO			19:00				
19:30							19:30				
20:00							20:00				
20:30	20:20~21:20 富士の溶岩deごろん	20:20~21:20 bion お腹痩せYOGA ETSUKO	20:20~21:20 bion YOGA リンパ YURI	20:20~21:20 bion 美メイク& ストレッチ 【期間限定プログラム】 KAHO			20:30				
21:00							21:00				
21:30							21:30				
	土曜 Weekly Changeレッスン					日曜 Weekly Changeレッスン					
	1日	8日	15日	22日	29日	2日	9日	16日	23日	30日	
13:30	【期間限定レッスン】美メイク&リラックスヨガ					10:30	YOGA リンパ	朝YOGA	YOGA リンパ	朝YOGA	YOGA リンパ
14:30	ETSUKO	CHIAKI	ETSUKO	CHIAKI	ETSUKO	11:30	CHIE	YURI	CHIE	YURI	CHIE
15:00	YOGA 美腸 お腹痩せYOGA					12:00	YOGA 美腸				
16:00	ETSUKO	CHIAKI	ETSUKO	CHIAKI	ETSUKO	13:00	CHIE	YURI	CHIE	YURI	CHIE

