

# ホットヨガスタジオ美温 大高 LESSON SCHEDULE 2025年2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】1月25日（土）22時

・2月11日（祝・火）24日（祝・月）特別スケジュールは予約サイトにてご確認ください。

	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	<b>NEW</b> 10:30~11:30 bion 股関節を整えるヨガ 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	10:30~11:30 bion YOGA リンパ CHIE	10:30~11:30 bion YOGA リンパ CHIE	10:30~11:30 bion YOGA			
11:00						Weekly Change			
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			
12:30						美腸			
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&			
14:00						ストレッチ			
14:30									
15:00	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 お腹痩せYOGA SAORI	15:00~16:00 bion YOGA ビューティーフロー CHIE	15:00~16:00 bion YOGA Weekly Change	15:00~16:00 bion YOGA			
15:30						骨盤調整			
16:00									
16:30					16:30~17:30 bion YOGA 骨盤調整 KEIKO				
17:00						16:30~17:30 富士の溶岩deごろん			
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					
18:00									
18:30					18:00~19:00 富士の溶岩deごろん				
19:00									
19:30	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					
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					
21:00									
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	2日	9日	16日	23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
14:30	ETSUKO	CHIAKI	ETSUKO	CHIAKI	11:30	CHIE	CHIE	CHIE	YURI
15:00	YOGA美腸		お腹痩せYOGA		12:00	YOGA 美腸			
16:00	ETSUKO	CHIAKI	ETSUKO	CHIAKI	13:00	CHIE	CHIE	CHIE	YURI

