

ホットヨガスタジオ美温 六本松 HOLYDAY 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。

美温 六本松

検索

8/1 (TUE)	8/3 (THU)	8/11 (FRI)
<p>臨時休館</p> <p>大濠公園花火大会による 近隣の混雑が予想されるため 休館とさせていただきます。</p> <p>なお、8/3(木)に 振替営業いたします。</p>	10:30~11:30 bion YOGA ベーシック KEIKO	10:30~11:30 bion YOGA デトックス KURARA
	12:00~13:00 bion YOGA 骨盤調整 NANA	12:00~13:00 bion ストレッチ &リセット YUKI
	13:30~14:30 bion PILATES 美脚 kana	13:30~14:30 bion YOGA リンパ YU-KI
	15:00~16:00 bion PILATES 姿勢 SHINOBU	15:00~16:00 bion YOGA デトックス AYAKO
		★EVENT★ 16:30~17:30 美BODYになるための 開脚ストレッチ MAKO 強度 ★★★
	18:30~19:30 bion YOGA デトックス MIYUKI	
	19:50~20:50 bion ストレッチ &リセット SAKIE	
		20:00 DOOR CLOSE

股関節の柔軟性を高めると、
血行促進・老廃物の排出・骨盤の歪み
解消etc...嬉しい効果が！
美BODYを股関節から始めましょう！



MAKO

◆マグマスパスタジオのレッスンは、全てカラダを芯から温め汗をかく内容です。
◆青粋のクラスは他に比べて運動量の多いクラスです。

