


# ホットヨガスタジオ美温 六本松 LESSON SCHEDULE 2017年11月

- 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。 TEL : 092-406-8750
- 毎週木曜日は定休日となります。
- レッスン内容・担当の変更はWEB・館内掲示でお知らせします。
- 毎月25日より翌月の予約受付を開始いたします。
- 祝日は別紙スケジュールをご確認ください。

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
9:00	10:00 DOOR OPEN					
10:30	10:30~11:30 bion YOGA リンパ MIKI	10:30~11:30 bion YOGA ベーシック KEIKO	10:30~11:30 bion YOGA 骨盤調整 MIYUKI	10:30~11:30 bion YOGA デトックス KURARA	10:30~11:30 bion ストレッチ & 骨盤 JUNJUN	10:30~11:30 bion YOGA デトックス TOMI
12:00	12:00~13:00 bion YOGA デトックス MIKI	12:00~13:00 bion YOGA 骨盤調整 TOMOKO	12:00~13:00 bion YOGA デトックス AKINO	12:00~13:00 bion ストレッチ & リセット YUKI	12:00~13:00 bion YOGA リンパ NANA	12:00~13:00 bion YOGA ベーシック TOMI
13:30	13:30~14:30 bion YOGA ベーシック Hinata	10月~12月限定開 13:30~14:30 moon yoga SATOMI	13:30~14:30 bion YOGA リラックス JUNKO	13:30~14:30 bion YOGA リンパ YU-KI	13:30~14:30 bion YOGA リラックス MIYUKI	13:30~14:30 bion PILATES 美脚 kana
15:00	15:00~16:00 bion YOGA 骨盤調整 Hinata	<b>NEW</b> 15:00~16:00 bion ストレッチ & 骨盤 SATOMI	15:00~16:00 bion ストレッチ & ビューティ NONO	15:00~16:00 bion YOGA エナジー AYAKO	15:00~16:00 bion PILATES 姿勢 kana	10月~12月限定開 15:00~16:00 moon yoga YU-KI
16:30	16:30~18:00 溶岩浴 【有料 1,500円(消費税別)】 チケット1枚で、溶岩浴チケット2枚と交換いただけます。 美温スタジオを開放し、溶岩浴スペースとしてお楽しみ頂けます。 時間内の出入りは自由です。 予約制ですので、フロントかお電話でご予約下さい。				16:45~17:45 bion YOGA デトックス MIKI	16:30~17:30 bion YOGA リンパ YU-KI
18:30	18:30~19:30 bion YOGA デトックス MIYUKI	18:30~19:30 bion YOGA 骨盤調整 MAKO	18:30~19:30 bion PILATES ベーシック kana	18:30~19:30 bion YOGA ベーシック KEIKO	18:15~19:15 bion YOGA リラックス MIKI	
19:50	19:50~20:50 bion YOGA リラックス MINA	19:50~20:50 bion ストレッチ & ビューティ MAKO	19:50~20:50 bion YOGA デトックス TOMI	19:50~20:50 bion YOGA リンパ YU-KI	22:00 DOOR CLOSE	20:00 DOOR CLOSE
21:10	10月~12月限定開 21:10~22:10 moon yoga MINA	21:10~22:10 bion YOGA デトックス YUKI	21:10~22:10 bion YOGA ベーシック TOMI	21:10~22:10 bion YOGA 骨盤調整 AI		
23:00	23:00 DOOR CLOSE					

 青枠のクラスは他に比べて運動量の多いクラスです。初めての方はご注意ください。

**NEW** 今月から内容または担当者が変更になったクラスです。

11/3(金)は祝日スケジュールです。

