

女性だけのホットヨガ

HOT40YOGA

東京若葉台店

スタジオスケジュール

2018年

6月

mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun
朝ヨガ 9:00～9:40 Sayumi	Hヨガフロー 9:00～9:40 Mai	朝ヨガEX 9:00～9:40 Miyoko	H骨盤ヨガ(月) 9:00～9:40 Miyoko	H骨格矯正EX 9:00～9:40 Momoe	朝ヨガ 8:00～8:40 Naomi	朝ヨガ 8:00～8:40 Yuko
H骨盤ヨガ 10:00～10:40 Momoe	Hリラックスヨガ 10:00～10:40 Mai	Hダイエットヨガ 10:00～10:40 Akiko	ピラティス (ややホット) 10:00～10:40 Yuka	Hヨガベーシック 10:00～10:40 Miyoko	H骨盤ヨガ 9:00～9:40 Naomi	Hアンチエイジング 9:00～9:40 Yuko
HOT BOWSPRING 11:00～11:40 Momoe	Hハタヨガベーシック 11:00～11:40 Sayumi	Hヨガライト 11:00～11:40 Akiko	リフレッシュヨガ (常温) 11:00～11:40 Yuka	Hリラックスヨガ 11:00～11:40 Miyoko	Hリラックスヨガ 10:00～10:40 Mai	Hビギナーズフロー 10:00～10:40 Nanami
	H陰陽ヨガ 14:00～14:40 Momoe		やさしいHピラティス 14:00～14:40 Misato		Hヨガフロー 11:00～11:40 Yuuki	リラックスヨガ (ややホット) 11:00～11:40 Nanami
			呼吸とストレッチ 15:00～15:40 Misato			
H骨格矯正EX 19:00～19:40 Naomi		Hアンチエイジング 19:00～19:40 Chie	Hダイエットヨガ 19:00～19:40 Tomoko	Hビギナーズフロー 19:00～19:40 Naomi		
Hヨガライト 20:00～20:40 Naomi	Hヨガライト 19:30～20:10 Takako	Hヨガフロー 20:00～20:40 Chie	Hリラックスヨガ 20:00～20:40 Tomoko	Hヨガフロー 20:00～20:40 Naomi		
H骨盤ヨガ 21:00～21:40 Momoe	Hヨガベーシック 20:30～21:10 Takako	H陰陽ヨガ 21:00～21:40 Momoe		Hヨガライト 21:00～21:40 Kei		

料金:1クラス1850円

回数券6クラス8020円

ホットヨガ通い放題8210円/月

ホットヨガ初回体験777円

HOT40YOGA東京若葉台店

042-401-4823