

女性だけのホットヨガ

HOT40YOGA

上越高田店

スタジオスケジュール

2022年

1月

mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun
H朝ヨガ 10:00～10:40 Megumi	Hムーンヨガ 10:00～10:40 Megumi	Hリラックスヨガ 10:00～10:40 Miyuki	Hビギナーズフロー 10:00～10:40 Meiko	休館日	Hアンチエイジング 10:00～10:40 Meiko	Hヨガフロー 10:00～10:40 Hiromi
H陰陽ヨガ 11:00～11:40 Megumi	Hヨガライト 11:00～11:40 Megumi	Hスローフローヨガ 11:00～11:40 Miyuki	Hメディテーションヨガ 11:00～11:40 Meiko		Hムーンヨガ 11:00～11:40 Meiko	Hヨガライト 11:00～11:40 Hiromi
H筋トレ&ストレッチ 19:00～19:40 Meiko	Hアンチエイジング 19:00～19:40 Rei	H暗闇ヨガホップ 19:30～20:10 Hiromi	H骨盤ヨガ 19:00～19:40 Rei			
Hメディテーションヨガ 20:00～20:40 Meiko	Hビギナーズフロー 20:00～20:40 Rei	Hヨガライト 20:30～21:10 Hiromi	Hヨガベーシック 20:00～20:40 Rei			

休館日： 1日(土曜日)・2日(日曜日)・3日(月曜日)・4日(火曜日)・5日(水曜日)・10日(月曜日)・毎週金曜日

料金： 1クラス 2547円 回数券5クラス 10694円 ホットヨガ通い放題 9999円/月 ホットヨガ初回体験 777円 予約センター(025-201-7740)