

女性だけのホットヨガ

HOT40YOGA

松本出川町店

スタジオスケジュール

2019年

3月

| mon | tue | wed | thu | fri | sat | sun |
|------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------|
| Hアンチエイジング 10:00～10:40 Mika | Hヨガフロー 10:00～10:40 Kaori | H陰陽ヨガ 10:00～10:40 Yayoi | Hヨガフロー 10:00～10:40 Mika | H骨盤ヨガ 10:00～10:40 Setsuko | Hダイエットヨガ 10:00～10:40 Setsuko | H陰陽ヨガ 10:00～10:40 Ayu |
| Hハタヨガベーシック 11:00～11:40 Mika | Hメディテーションヨガ 11:00～11:40 Kaori | H骨盤ヨガ 11:00～11:40 Yayoi | Hリラックスヨガ 11:00～11:40 Mika | Hピラティス 11:00～11:40 Setsuko | Hアンチエイジング 11:00～11:40 Setsuko | Hヨガベーシック 11:00～11:40 Ayu |
| | | | | | | |
| H骨盤ヨガ 19:00～19:40 Yayoi | Hヨガベーシック 19:00～19:40 Ayu | Hボディケアピラティス 19:00～19:40 Yukako | Hダイエットヨガ 19:00～19:40 Setsuko | Hヨガフロー 19:00～19:40 Kaori | | |
| Hハタヨガベーシック 20:00～20:40 Yayoi | H陰陽ヨガ 20:00～20:40 Ayu | Hヨガベーシック 20:00～20:40 Satomi | Hリラックスヨガ 20:00～20:40 Setsuko | Hアンチエイジング 20:00～20:40 Kaori | | |

休館日: 4日(月曜日)・21日(木曜日)・27日(水曜日)

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8960円/月 ホットヨガ初回体験777円 HOT40YOGA予約センター(西和田店)026-217-2740