

女性だけのホットヨガ

HOT40YOGA

長野稲里町店

スタジオスケジュール

2019年

3月

mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun
Hヨガフロー 10:00~10:40 Yoshimi	Hアンチエイジング 10:00~10:40 Ami	Hヨガライト 10:00~10:40 Kotoe	Hアンチエイジング 10:00~10:40 Maki	Hダイエットヨガ 10:00~10:40 Ayako	Hヨガベーシック 10:00~10:40 Akiko	Hヨガライト 10:00~10:40 Ami
H骨盤ヨガ 11:00~11:40 Yoshimi	Hヨガライト 11:00~11:40 Ami	Hビギナーズフロー 11:00~11:40 Sato mi	H BOWSPRING 11:00~11:40 Kotoe	Hアンチエイジング 11:00~11:40 Sachiko	Hリラックスヨガ 11:00~11:40 Akiko	Hビギナーズフロー 11:00~11:40 Ami
		Hリラックスヨガ 15:30~16:10 Mari	Hフェイス&骨盤ヨガ 15:00~15:40 Ayako		Hヨガフロー 15:00~15:40 Ayaka	
					Hサーキット 16:00~16:40 Ayaka	
	H陰陽ヨガ 18:30~19:10 Sato mi		H骨格矯正EX 18:30~19:10 Ayako	Hヨガベーシック 18:30~19:10 Ayaka		
H BOWSPRING 19:00~19:40 Kotoe	Hヨガフロー 19:30~20:10 Ayaka	Hヨガライト 19:00~19:40 Miyuki	Hアンチエイジング 19:30~20:10 Ayako	Hリラックスヨガ 19:30~20:10 Chizuru		
Hヨガライト 20:00~20:40 Michiko	Hリラックスヨガ 20:30~21:10 Ayaka	Hダイエットヨガ 20:00~20:40 Ayaka	Hビギナーズフロー 20:30~21:10 Ayaka	H骨盤ヨガ 20:30~21:10 Michiko		

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 予約センター(長野西和田店) 026-217-2740