

女性だけのホットヨガ

HOT40長野西和田店

スタジオスケジュール

2019年

1月

mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun
H骨盤ヨガ 10:00～10:40 Mizue	Hヨガベーシック 10:00～10:40 Akiko	Hリラックスヨガ 10:00～10:40 Saori	Hアンチエイジング 10:00～10:40 Yoko	Hリラックスヨガ 10:00～10:40 Michiyo	H朝ヨガ 8:00～8:40 Ami	Hアンチエイジング 10:00～10:40 Saori
Hビギナーズフロー 11:00～11:40 Mizue	Hヨガライト 11:00～11:40 Akiko	Hビギナーズフロー 11:00～11:40 Saori	Hヨガフロー 11:00～11:40 Akiko	H陰陽ヨガ 11:00～11:40 Michiyo	Hヨガライト 9:00～9:40 Ami	Hヨガベーシック 11:00～11:40 Hanae
					Hヨガフロー 10:00～10:40 Yoshie	
					Hアンチエイジング 11:00～11:40 Yoshie	
Hアンチエイジング 19:00～19:40 Michiyo	Hリラックスヨガ 19:00～19:40 Mari	H骨格矯正EX 19:00～19:40 Aki	ヨガフロー (ややホット) 19:00～19:40 Miwako	Hサーキット 19:00～19:40 Aki	Hビギナーズフロー 17:00～17:40 Ami	
H陰陽ヨガ 20:00～20:40 Michiyo	Hヨガベーシック 20:00～20:40 Mari	Hヨガライト 20:00～20:40 Yumi	Hリラックスヨガ 20:00～20:40 Chizuru	H骨盤ヨガ 20:00～20:40 Michiyo		
	Hヨガライト 21:00～21:40 Yuko	Hダイエットヨガ 21:00～21:40 Aki	Hビギナーズフロー 21:00～21:40 Chizuru	Hヨガフロー 21:00～21:40 Michiyo		

1月の休館日: 1日(火曜日)・2日(水曜日)・3日(木曜日)・14日(月曜日)

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 HOT40長野西和田店026-217-2740