

女性だけのホットヨガ

HOT40YOGA

長岡美沢店

スタジオスケジュール

2019年

3月

mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun
ホットアシュタンガヨガ 10:00～10:40 Kana	ホットヨガライト 10:00～10:40 Yuko	ホットダイエットヨガ 10:00～10:40 Saeko	ホット骨盤ヨガ 10:00～10:40 Mika	ホットビギナーズフロー 10:00～10:40 AYAKO	ホット骨盤ヨガ 9:00～9:40 Marko	ホットアンチエイジング 10:00～10:40 AYAKO
ホットビギナーズフロー 11:00～11:40 Kana	ホットアンチエイジング 11:00～11:40 Yuko	ホットヨガベーシック 11:00～11:40 Saeko	ホットヨガライト 11:00～11:40 Mika	ホットヨガフロー 11:00～11:40 AYAKO	ホット陰陽ヨガ 9:50～10:30 Mika	ホットヨガフロー 11:00～11:40 AYAKO
					ホットリラックスヨガ 10:40～11:20 Mika	
ホットヨガライト 18:40～19:20 Yuko	ホット骨格矯正EX 18:40～19:20 Maki	ホットヨガベーシック 18:40～19:20 Marko	ホットダイエットヨガ 18:40～19:20 Yoko	ホットヨガベーシック 18:40～19:20 yuu		
ホット陰陽ヨガ 19:30～20:10 Yuko	ホットヨガベーシック 19:30～20:10 Marko	ホット骨盤ヨガ 19:30～20:10 Marko	ホットアンチエイジング 19:30～20:10 AYAKO	ホットダイエットヨガ 19:30～20:10 Mika		
ホットアンチエイジング 20:20～21:00 AYAKO	HOT BOWSPRING 20:20～21:00 Marko	ホットビギナーズフロー 20:20～21:00 Mika	ホットヨガフロー 20:20～21:00 AYAKO	ホットリラックスヨガ 20:20～21:00 Mika		

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(松崎店) 025-256-7345