

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

5月

mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun
ホットハタヨガベーシック 10:00～10:40 Kana	HOT BOWSPRING 10:00～10:40 Yuko	ホットヨガライト 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 Mariko	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	ホットダイエットヨガ 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	ホットパワーヨガ 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	ホットビギナーズフロー 18:40～19:20 Rena	ホット骨格矯正EX 18:40～19:20 Sano	ホットダイエットヨガ 18:40～19:20 Yoko	ホットサーキットフロー 18:40～19:20 yuu		
ホットボディメイクヨガ 19:30～20:10 Yuko	ホット陰陽ヨガ 19:30～20:10 Mariko	ホットヨガベーシック 19:30～20:10 Mariko	ホットアンチエイジング 19:30～20:10 AYAKO	ホットヨガライト 19:30～20:10 Mika		
ホットアンチエイジング 20:20～21:00 AYAKO	ホット骨盤ヨガ 20:20～21:00 Mariko	ホットヨガライト 20:20～21:00 Mariko	ホットヨガフロー 20:20～21:00 AYAKO	ホットヨガベーシック 20:20～21:00 Mika		

休館日: 1日(水曜日)・2日(木曜日)・3日(金曜日)・4日(土曜日)

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