

女性だけのホットヨガ	HOT40YOGA	新潟上近江店	スタジオスケジュール		2019年	5月
mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun
					朝ヨガ 9:00~9:40 Mika	ホットヨガフロー 9:00~9:40 Miyuki
ホット骨盤ヨガ 10:00~10:40 Haruko	ビギナーズフロー 10:00~10:40 Yukiko	ホットアンチエイジング 10:00~10:40 Misaki	朝ヨガ 10:00~10:40 Miyuki	ホットヨガフロー 10:00~10:40 Mutsumi	ホットスローフローヨガ 10:00~10:40 Mika	ホットヨガベーシック 10:00~10:40 Miyuki
ホットヨガフロー 10:50~11:30 Haruko	ホットヨガライト 11:00~11:40 Yukiko	呼吸・体幹EX (ややホット) 10:50~11:30 Junko	ホットボディメイクヨガ 11:00~11:40 Miyuki	ホットアンチエイジング 10:50~11:30 Mutsumi	ホットリラックスヨガ 11:00~11:40 Mika	ホットヨガライト 10:50~11:30 Judy
ビギナーズフロー 18:30~19:10 Yuko	ホットヨガベーシック 18:30~19:10 Mito	ホットヨガフロー 18:30~19:10 Mika	ホット骨格矯正EX 18:30~19:10 Mayumi	ホットダイエットヨガ 18:30~19:10 Miyuki		
ホットヨガベーシック 19:20~20:00 Yuko	ホット骨盤ヨガ 19:20~20:00 Mito	ホットヨガライト 19:20~20:00 Marina	ビギナーズフロー 19:20~20:00 Mika	ホット美脚セラピーヨガ 19:30~20:10 Miyuki		
ホットヨガライト 20:10~20:50 Judy	ホットムーンヨガ 20:10~20:50 Mika	ホットサーキット 20:20~21:00 Marina	ホットアンチエイジング 20:10~20:50 Yuu	ホットヨガフロー 20:30~21:10 Miyuki		

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