

女性だけのホットヨガ	HOT40YOGA	新潟黒埼店	スタジオスケジュール			2019年	1月
mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun	
ホット骨盤ヨガ 10:00～10:40 Eri	ホット骨格矯正EX 10:00～10:40 Shoko	ホットヨガベーシック 10:00～10:40 Sayaka	ホットアンチエイジング 10:00～10:40 Shiho	ホットヨガフロー 10:00～10:40 Yukiko	ホットヨガベーシック 8:00～8:40 Nagisa	朝ヨガ 9:00～9:40 Shoko	
ホットヨガフロー 10:50～11:30 Eri	ホットヨガライト 10:50～11:30 Shoko	ホット骨盤ヨガ 11:00～11:40 Sayaka	ビギナーズフロー 11:00～11:40 Shiho	ホットヨガライト 11:00～11:40 Yukiko	ホットヨガフロー 9:00～9:40 Nagisa	ホットヨガベーシック 10:00～10:40 Shoko	
					ホット骨盤ヨガ 10:00～10:40 Sayaka		
					ビギナーズフロー 11:00～11:40 Sayaka		
ホット骨盤ヨガ 19:00～19:40 Yukiko	ホットダイエットヨガ 18:30～19:10 Nagisa	ホットヨガベーシック 18:30～19:10 Erika	ホットヨガライト 18:30～19:10 Yuri	ホットサーキット 18:30～19:10 Yuki			
ホットヨガベーシック 20:00～20:40 Yukiko	ホットアンチエイジング 19:20～20:00 Shiho	ホットヨガフロー 19:20～20:00 Nagisa	ホット骨盤ヨガ 19:30～20:10 Shoko	ホットヨガライト 19:30～20:10 Yuki			
	ビギナーズフロー 20:20～21:00 Shiho	ホットアンチエイジング 20:10～20:50 Nagisa	ホットヨガフロー 20:30～21:10 Shoko	HOT BOWSPRING 20:20～21:00 Erika			

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 予約センター(松崎店) 025-256-7345