

女性だけのホットヨガ HOT40YOGA 埼玉三芳店			スタジオスケジュール			2019年	1月
mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun	
Hダイエットヨガ 10:00~10:40 Masami	Hアンチエイジング 10:00~10:40 Yuko	H骨盤ヨガ 10:00~10:40 Yuhoko	Hヨガフロー 10:00~10:40 Yuhoko	H骨格矯正EX 10:00~10:40 Yuhoko	Hアンチエイジング 10:00~10:40 Haruna	Hビギナーズフロー 10:00~10:40 Natsuki	
Hヨガライト 11:00~11:40 Masami	H陰陽ヨガ 11:00~11:40 Yuko	アシュタンガヨガ (ややHOT) 11:00~11:40 Yuhoko	Hアンチエイジング 11:00~11:40 Yuhoko	Hリラックスヨガ 11:00~11:40 Yuhoko	H筋トレ&ストレッチ 11:00~11:40 Haruna	Hヨガライト 11:00~11:40 Natsuki	
				Hヨガベーシック 15:00~15:40 Masami			
				Hヨガライト 16:00~16:40 Masami	【1/19(土)限定】 からだの反応とヨガ (ややHOT) 16:00~17:20 Haruna		
H骨格矯正EX 18:20~19:00 Mio							
Hヨガライト 19:10~19:50 Mio	H BOWSPRING/ Hピラティス 19:00~19:40 Keiko	H骨盤ヨガ 19:10~19:50 Noriko	Hダイエットヨガ 19:00~19:40 Mio	H陰陽ヨガ 19:10~19:50 Noriko			
Hビギナーズフロー/ Hヨガフロー 20:00~20:40 Mio	Hリラックスヨガ 20:00~20:40 Keiko	Hアンチエイジング 20:00~20:40 Noriko	Hヨガベーシック 20:00~20:40 Mio	Hリラックスヨガ 20:00~20:40 Noriko			

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(若葉台店) 042-401-4823