

# 女性専用 ホットヨガ 9月スケジュール

HOT40YOGA × マナローザ円山店



Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
ホット代謝アップヨガ 10:00~10:40 ★★★ Nami	リラックスヨガフロー 10:00~10:40 ★ Kanako	ホットビギナーズフロー 10:00~10:40 ★★★ Miki	常温アササラインスパイアド 9:40~10:40 ★★★ Ayu	ホット骨盤ヨガ 10:00~10:40 ★★★ Ai	ホットヨガベーシック 10:00~10:40 ★★ Romi	ホットやさしいパワーヨガ 10:00~10:40 ★★ Yukari
ホットリフレッシュヨガ 11:10~11:50 ★★ Saki	ホットアササラエメント 11:10~11:50 ★★★ Kanako	ホットアンチエイジング 11:10~11:50 ★★★ Miki	ホットリラックスヨガ 11:10~11:50 ★ Saki	ホットシェイプアップヨガ 11:10~11:50 ★★★ Nao	ホットリラックスヨガ 11:10~11:50 ★ Romi	ホット美脚小尻ヨガ 11:10~11:50 ★★★ Miyuki
ホットヨガフロー 19:00~19:40 ★★★★★ Yuko	ホット体幹バランスヨガ 19:00~19:40 ★★★ Yoshie	ホットオープンハートヨガ 19:00~19:40 ★★ Yukari	ホットやさしいパワーヨガ 19:00~19:40 ★★ Nao	ホットスローヨガ 19:00~19:40 ★★★ Kanako		
ホット心身リセットヨガ 20:00~20:40 ★★★ Yuka	ホットデトックスヨガ 20:00~20:40 ★★ Yoshie	ホットリフレッシュヨガ 20:00~20:40 ★ Saki	ホットリラックスヨガ 20:00~20:40 ★ Romi	ホットスタイルアップヨガ 20:00~20:40 ★★ Yoshie		

常温
ホット

通い放題  
 月/¥10,000or¥14,500  
 初回体験  
 ¥1,100

1クラス  
 ¥2,500  
 回数券5回  
 ¥11,000

**HOT40YOGA × Mana Rosa 円山店**  
**011-616-0106**