

女性だけのホットヨガ

HOT40YOGA

新発田舟入店

スタジオスケジュール

2019年

3月

| mon                                | tue                                  | wed                                | thu                                | fri                                 | sat                                 | sun                                |
|------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|
|                                    |                                      |                                    |                                    |                                     | H朝ヨガ<br>9:00~9:40<br>Misaki         | Hビギナーズフロー<br>9:00~9:40<br>Michiko  |
| Hビギナーズフロー<br>10:00~10:40<br>Misaki | Hリラックスヨガ<br>10:00~10:40<br>Haruna    | Hヨガベーシック<br>10:00~10:40<br>Michiko | Hヨガライト<br>10:00~10:40<br>Tamiko    | Hビギナーズフロー<br>10:00~10:40<br>Haruna  | Hアンチエイジング<br>10:00~10:40<br>Misaki  | Hヨガライト<br>10:00~10:40<br>Michiko   |
| Hアンチエイジング<br>11:00~11:40<br>Misaki | Hヨガフロー<br>11:00~11:40<br>Haruna      | H骨盤ヨガ<br>11:00~11:40<br>Michiko    | H骨格矯正EX<br>11:00~11:40<br>Tamiko   | H骨盤ヨガ<br>11:00~11:40<br>Haruna      | Hビギナーズフロー<br>11:00~11:40<br>Michiko | Hヨガベーシック<br>11:00~11:40<br>Sachika |
|                                    |                                      |                                    |                                    |                                     |                                     |                                    |
| Hアンチエイジング<br>18:30~19:10<br>Haruko | H BOWSPRING<br>18:30~19:10<br>Tamiko | Hヨガベーシック<br>18:30~19:10<br>Miyuki  | Hリラックスヨガ<br>18:15~18:55<br>Haruna  | Hビギナーズフロー<br>18:15~18:55<br>Michiko |                                     |                                    |
| Hヨガベーシック<br>19:25~20:05<br>Haruko  | H骨盤ヨガ<br>19:25~20:05<br>Tamiko       | Hアンチエイジング<br>19:25~20:05<br>Miyuki | Hヨガフロー<br>19:10~19:50<br>Haruna    | Hヨガライト<br>19:10~19:50<br>Michiko    |                                     |                                    |
| Hヨガライト<br>20:20~21:00<br>Haruko    | Hヨガベーシック<br>20:25~21:05<br>Tamiko    | Hヨガフロー<br>20:20~21:00<br>Miyuki    | H骨盤ヨガ<br>20:05~20:45<br>Michiko    | Hヨガベーシック<br>20:05~20:45<br>Eri      |                                     |                                    |
|                                    |                                      |                                    | Hリラックスヨガ<br>20:55~21:35<br>Michiko | Hアンチエイジング<br>20:55~21:35<br>Eri     |                                     |                                    |

休館日: 4日(月曜日)・21日(木曜日)・27日(水曜日)

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