

女性だけのホットヨガ

HOT40YOGA

東京若葉台店

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 9:00~9:40 Sayumi	Hアンチエイジング 9:00~9:40 Ayumi	H朝ヨガEX 9:00~9:40 Mai	H骨盤ヨガ 9:00~9:40 Ayumi	H骨格矯正EX 9:00~9:40 Momoe	H朝ヨガ 8:00~8:40 Emi	H朝ヨガ 8:00~8:40 Yuko
H骨盤ヨガ 10:00~10:40 Momoe	Hヨガフロー 10:00~10:40 Mai	Hハタヨガベーシック 10:00~10:40 Sayumi	H陰陽ヨガ 10:00~10:40 Ayumi	Hヨガベーシック 10:00~10:40 Momoe	Hビギナーズフロー 9:00~9:40 Emi	ハタヨガベーシック 9:00~9:40 Yuko
H BOWSPRING / Hピラティス 11:00~11:40 Momoe	Hリラックスヨガ 11:00~11:40 Mai	Hリラックスヨガ 11:00~11:40 Sayumi	Hアンチエイジング 11:00~11:40 Shuri	Hビギナーズフロー 11:00~11:40 Mai	Hリラックスヨガ 10:00~10:40 Mai	Hリラックスヨガ 10:00~10:40 TOMOMI
	H陰陽ヨガ 14:00~14:40 Momoe		やさしいHピラティス 14:00~14:40 Misato		H骨盤ヨガ 11:00~11:40 Mizuko	Hビギナーズフロー 11:00~11:40 TOMOMI
			H呼吸とストレッチ 15:00~15:40 Misato			
					【3/16限定】 Hピラティス 18:00~18:40 Misato	
Hビギナーズフロー 19:00~19:40 Emi	Hパワーヨガ 19:10~19:50 Sayoko	Hパワーヨガ 19:00~19:40 Chie	H骨格矯正EX 19:00~19:40 YUKO.T	H骨盤ヨガ 19:00~19:40 Sayoko	【3/16限定】 H骨格矯正EX 19:00~19:40 YUKO.T	
Hヨガライト 20:00~20:40 Emi	Hアンチエイジング 20:10~20:50 Sayoko	Hリフレッシュヨガ 20:00~20:40 Chie	Hリラックスヨガ 20:00~20:40 YUKO.T	Hヨガフロー 20:00~20:40 Sayoko		
	Hヨガフロー 21:10~21:50 Haruna		Hヨガベーシック 21:00~21:40 Emi	Hリラックスヨガ 21:00~21:40 Sayoko		

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 HOT40YOGA東京若葉台店 042-401-4823