

Hot Yoga Studio 朝日スポーツクラブ [BIG-S 竹の塚]

2025年1月～

曜日	月曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
営業時間	9:30 ~ 22:00	9:30 ~ 22:00	9:30 ~ 22:00	9:30 ~ 22:00	9:30 ~ 21:00	9:30 ~ 19:00
10:00						
11:00	HOTリンパエクササイズ 11:00~12:00 maki				HOTベーシックヨガ 10:30~11:30 arai	
12:00		HOTベーシックヨガ 11:45~12:45 mina	HOTベーシックヨガ 11:45~12:45 大里	HOTリフレッシュヨガ 11:45~12:45 mayuko		
13:00						HOTベーシックヨガ 12:35~13:35 大里
14:00						
15:00					HOTウーマンライフヨガ 14:30~15:30 aya	
16:00						
17:00	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>参加しやすい 月5回のフリーレッスン制</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>ホットヨガ会員なら ・水素水無料 ・コラーゲンマシンの利用が 無料(月1回)</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>24台の広々シャワールームと 専用パウダールーム完備</p>  </div> </div>					
18:00						
19:00						
20:00						
21:00		HOTウーマンライフヨガ 20:15~21:15 aya				
22:00						定員各クラス12名

