

Hot Yoga Studio 朝日スポーツクラブ[BIG-S 竹の塚]

2023年3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ベーシックヨガ 10 : 30～11 : 30 arai	
12:00	HOTリンパエクササイズ 11 : 00～12 : 00 maki					
		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	<ホットヨガ、フリー出席制度> 月5回、お好きなレッスンに通っていただけます。（Web予約制となっております。 ご予約・キャンセルはレッスン30分前までWebにて登録していただけます。） なお、キャンセル登録をせず欠席された場合も、1本消化とカウントされます。					
18:00						
19:00	※新型コロナウイルス対策の為、定員を12名とさせていただきます。					
20:00						
21:00		HOTウーマンライフヨガ 20 : 15～21 : 15 aya		HOTベーシックヨガ 20 : 15～21 : 15 arai		
22:00						

