

女性だけのホットヨガ HOTYOGA HEARTS 東京若葉台店 スタジオスケジュール 2024年 5月

mon	tue	wed	thu	fri	sat	sun
Hリラックスヨガ 9:00~9:40 Shie	ヨガライト/Hピラティス (ヨガライトはややホット) 9:00~9:40 Tomoko / Angie	H朝の太陽礼拝 9:00~9:40 Toshie	H朝ヨガ 9:00~9:40 Yuka	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初心者のための 筋肉トレーニング 10:00~10:40 Shie	Hヨガフロー 10:00~10:40 YUAN YUAN	H朝ヨガ 10:00~10:40 Yuka	Hリラックスヨガ 10:00~10:40 Yuka	H骨盤ヨガ 10:00~10:40 Momoe	Hヨガフロー 9:00~9:40 Emi	Hダイエットヨガ 9:00~9:40 Yuko
	Hリラックスヨガ 11:00~11:40 YUAN YUAN	H骨盤ヨガ 11:00~11:40 Yuka	Hボディケアピラティス 11:00~11:40 Momoe		H呼吸とストレッチ Toshie 10:00~10:40	H骨盤ヨガ Yuka 10:00~10:40
		Hアンチエイジング 13:00~13:40 Mizuko	Hフェイス&骨盤ヨガ 13:00~13:40 Yuka			Hピラティス Yuka 11:00~11:40
		Hムーンヨガ 14:00~14:40 Mizuko	Hヨガベーシック 14:00~14:40 Yuka			
Hヨガライト (ややホット) 19:10~19:50 Tomoko	Hピラティス 19:10~19:50 Yuko/Chie	Hヨガフロー 19:10~19:50 Angie	Hデトックスヨガ 19:30~20:10 Emi	Hパワーヨガ 19:10~19:50 Shie	Hリフレッシュヨガ Wakana / Chie 19:00~19:40	Hヨガフロー 19:00~19:40 YUAN YUAN
Hデトックスヨガ 20:10~20:50 Toshie	Hリラックスヨガ 20:10~20:50 Yuko/Chie	H陰陽ヨガ 20:10~20:50 Angie	Hリラックスヨガ 20:30~21:10 Emi	Hリラックスヨガ 20:10~20:50 Shie	Hデトックスヨガ Wakana / Chie 20:00~20:40	Hリラックスヨガ 20:00~20:40 YUAN YUAN

休館日:3日(金) 4日(土) 5日(日) 6日(月) 15日(水) 21(火) 30(木)

通い放題マスター会員 12,000円(税込 13,200円)/月 週1日,月4日(1日2レッスンOK)レギュラー会員10,000円(税込 11,000円)/月

料金:ドロップイン 2,500円(税込 2,750円)/1クラス ホットヨガ初回体験 1,000円(税込 1,100円) ☎ 042-401-4088