







2024年7月

Hot Yoga Studio Program Schedule



Mon.	Tue.	Wed.	Thurs.	Fri.	Sat.	Sun.
<p>10:30~11:15</p> <p>Relax</p> <p>北村</p>	<p>10:30~11:15</p> <p>Detox</p> <p>伊澤</p>	<p>10:30~11:15</p> <p>Relax</p> <p>澤野</p>	<p>10:30~11:15</p> <p>Relax</p> <p>花木</p>	<p>10:30~11:15</p> <p>Hot 美 Make Yoga</p> <p>高橋</p>	<p>10:30~11:15</p> <p>Detox</p> <p>中村</p>	<p>10:30~11:15</p> <p>Detox</p> <p>牧野 男性IR</p>
<p>11:45~12:30</p> <p>Detox</p> <p>高橋</p>	<p>11:45~12:30</p> <p>Relax</p> <p>伊澤</p>	<p>11:45~12:30</p> <p>Yogates</p> <p>澤野</p>	<p>11:45~12:30</p>  <p>中井</p>	<p>12:30~13:15</p>  <p>金田</p>	<p>11:30~12:15</p> <p>Relax</p> <p>中村</p>	<p>11:45~12:30</p>  <p>金田</p>
	<p>13:00~13:45</p>  <p>中井</p>			<p>15:00~15:45</p> <p>Detox</p> <p>本田</p>	<p>12:30~15:30</p> <p>Personal Yoga ※要予約</p> <p>中村</p>	<p>13:00~13:45</p> <p>Conditioning Work</p> <p>加藤</p>
			<p>18:00~19:00</p> <p>Personal Yoga ※要予約</p> <p>中村</p>		<p>16:00~16:45</p> <p>Hot Body Make</p> <p>濱川</p>	
<p>19:30~20:15</p>  <p>濱川</p>	<p>19:15~20:00</p> <p>Relax</p> <p>山崎</p>	<p>19:30~20:15</p> <p>Hot Body Make</p> <p>濱川</p>	<p>19:30~20:15</p> <p>Relax</p> <p>中村</p>	<p>19:30~20:15</p> <p>Detox</p> <p>本田</p>	<p>◇プログラムは全て事前予約制</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆予約保有可能数一人1枠 / 1日1本まで受講可能 ◆2週間前(当日を含む14日前) 0:00から予約開始 ◆予約・キャンセルはレッスン開始30分前まで ◆レッスン開始15分前からスタジオの入場開始 	
<p>20:45~21:30</p> <p>Hot Body Make</p> <p>濱川</p>	<p>20:30~21:15</p> <p>Hot 美 Make Yoga</p> <p>山崎</p>	<p>20:45~21:30</p>  <p>濱川</p>	<p>20:30~21:15</p> <p>リンパヨガ</p> <p>中村</p>	<p>20:45~21:30</p> <p>Relax</p> <p>本田</p>		
						<p>休館日</p> <p>10日・20日・月末最終日</p>