

HOT YOGA

クラススケジュール

2026 / 9 月 ~

mon	tue	thu	fri	sat
10:30(30) 「ストレッチ& ピラティス」 ★ 水迫 12:00(60) 「デトックスヨガ」 ★★ 香嶋	10:30(60) 「デトックスヨガ」 ★★ 中野 19:00(60) 「デトックスヨガ」 ★★ 今村	13:30(60) 「ストレッチ& ピラティス」 ★ 水迫 20:20(60) 「デトックスヨガ」 ★★ 田所	13:30(60) 「デトックスヨガ」 ★★ 花田 19:00(60) 「デトックスヨガ」 ★★ 沢津橋	12:30(60) 「リフレッシュヨガ」 ★ 水迫 19:00(60) 「デトックスヨガ」 ★★ 木田

★=強度

準備するもの

- ・ヨガマット(マイマット持参)
- ・水
- ・タオル



- 年間48回となります。
(別紙カレンダーをご確認ください)
- 振替は月に2回までとなります。
(期間:翌月末まで)
- 定員:10名
(振替枠で12名になる場合もあります)

- ・レッスン受講前に手指の消毒、受講後には使用した備品の消毒を行っていただきます。
- ・衛生面や快適性に優れた沸騰蒸気によるクリーンな加湿清浄・除菌を行っております。
- ・体験料は初回のみ税込1,000円となっております。(ご入会以降は追加で1回:税込1,732円で受講できます)