

Hot Yoga Studio rcu 12月スケジュール 🎄			🌿体験可能クラス	🟡常温クラス	🔥32度HOTクラス	
月	火	水	木	金	土	日
🌿 10:00～(60分) 美ヨガ ★～★★★★ 28日スペシャルクラス まみ	🌿 10:00～(60分) リフレッシュヨガ ★★ まみ	🌿 10:00～(60分) ベーシック ★～★★★ 23日スペシャルクラス YUKI	🌿 10:00～(60分) ベーシック ★～★★★ めぐみ	🌿 10:00～(60分) アライメント・フローヨガ ★ALLレベル 25日スペシャルクラス まみ	🌿 10:00～(60分) ベーシック ★～★★★ 26日スペシャルクラス まみ	🌿 8:45～(60分)ホット 朝ヨガ ★1-1.5 12/20限定開催 ともみ
🌿 11:20～(60分) フローベーシック ★★ りな	🌿 11:30～(60分) 骨盤あつたかヨガ ★★ まみ	🌿 11:30～(60分) すっきりリンパヨガ ★★ YUKI	🌿 11:30～(80分) ロング ★★★★ めぐみ	🌿 11:30～(80分) ロング ★★★★ まみ	🌿 11:20～(70分) 骨盤ビューティヨガ ★★ 26日スペシャルクラス まみ	🌿 10:00～(60分) ピラティスBasic ★～★★★ 27日スペシャルクラス ともみ
	🟡 13:15～ ママ&ベビーヨガ 8日22日 3組限定開催 まみ		🌿 13:30～(常60分) 陰ヨガ ★ Kalika	🌿 13:15～(60分) ヒップUPヨガ ★★ りな	🌿 13:30～(常60分) リズムピラティス&エクササイズ ★2.5 ※26日パレトン ともみ	🌿 11:20～(75分) ヨガボディ ★★★★ ひいろ
🌿 14:30～(60分) リフレッシュヨガ ★★ 28日スペシャルクラス めぐみ		🌿 14:30～(常60分) 陰ヨガ ★ Kalika	🌿 15:00～(常60分) 3日・17日小顔フェイシャルヨガ 10日代謝アップヨガ ★～★★★ 24日スペシャルクラス YUKI	🌿 14:45～(60分) デトックスヨガ ★★ りな		🌿 13:00～(60分) ベーシック ★～★★★ 20日代行YUKI めぐみ
<p>🟡年末年始お休みのお知らせ 12/29(火)～1/3(日)</p> <p>🟡12月★最終週スペシャルイベント★ 12月最終週、スペシャルクラスを開催します♡ 年末スペシャルクラススケジュールをご確認ください。</p>					🌿 15:00～(弱70分) ハタフローヨガ ★2.5～★★★★ ともみ	🌿 14:30～(弱75分) ヒーリングデトックス ★ALLレベル 20日代行YUKI めぐみ
						🟡16:00～(弱60分) 美姿勢ピラティス&ヨガ ★2.5～★★★★ ※20日非開催 27日スペシャルクラス ともみ
🌿 19:00～(60分) デトックスビューティヨガ ★★ Miwako	🌿 19:00～(常60分) ピラティスBasic ★～★★★ 22日スペシャルクラス ともみ	🌿 19:00～(常60分) パレトン (美軸&脂肪燃焼) ★★★★ ともみ	🌿 19:00～(60分) ベーシック ★～★★★ 24日スペシャルクラス RISA	🌿 19:00～(60分) ベーシック ★～★★★ Kana	16:30閉店	
🌿 20:15～(70分) Deep Relax Yoga ★ALLレベル Miwako	🌿 20:15～(弱60分) 美姿勢ピラティス &ヨガ ★2.5～★★★★ ともみ	🟡 20:15～(常60分) 9日・23日 トレーニングクラス ★★ ※プラス料金は発生しません Kakihara	🌿 20:15～(弱60分) パーツ美人ヨガ ★ALLレベル ①③week脚・お尻④week腕背中・お腹 24日スペシャルクラス RISA	🌿 20:15～(弱70分) ナイトフローヨガ ★★★★ Kana	17:30閉店	
21:45 閉店	21:45 閉店	21:45 閉店	21:45閉店	21:45閉店		