

HOT YOGA LESSON SCHEDULE

サカイヨガスタジオ江南西店 レッスンタイムスケジュール

2025.02.01 ~ 2025.02.28

	MON 月曜日	TUE 火曜日	WED 水曜日	THU 木曜日	FRI 金曜日	SAT 土曜日	SUN 日曜日	
9:00								9:00
10:00	10:00-11:00 腸ハッピーヨガ 👤👤👤 まなみ	10:00-11:00 ダイエットヨガ 👤👤👤 えつこ		10:00-11:00 温活骨盤ヨガ 👤👤 AO	10:00-11:00 むくみ改善 リフレッシュヨガ 👤👤 Jun	NEW 10:00-11:00 優しい朝ヨガ 👤👤 YUKIKO	10:00-11:00 骨盤筋整ヨガ 👤👤 Ayumi	10:00
11:00								11:00
12:00		NEW 12:00-13:00 陰ヨガ 👤👤 Nanaka		12:00-13:00 やさしいフローヨガ 👤👤👤 AO	12:00-13:00 代謝UP & デトックスヨガ 👤👤👤 Jun	リニューアル! 11:45-12:45 身体めぐりヨガ 👤👤👤 YUKIKO	12:00-13:00 ベーシックヨガ 👤👤👤 ゆき	12:00
13:00			👤👤👤 定休日			アロマ使用 👤👤👤 13:30-14:30 アロマリラックスヨガ 👤👤 STAFF		13:00
14:00	👤👤👤 14:00-15:00 小顔フェイシャルヨガ 👤👤 rie	14:00-15:00 くつろぎヨガ 👤👤 yuka			👤👤👤 14:00-15:00 アロマ・アクティブヨガ 👤👤👤 eri	👤👤👤 14:00-15:00 溶岩浴	👤👤👤 14:00-15:00 溶岩浴	👤👤👤 14:00-15:00 腸活デトックスヨガ 👤👤 YUKARI.
15:00					👤👤👤 15:00-16:00 溶岩浴	NEW 15:15-16:15 美腸力ヨガ 👤👤👤👤 Ayumi		15:00
16:00	👤👤👤 16:00-17:00 溶岩浴	👤👤👤 15:30-16:30 溶岩浴		👤👤👤 15:30-16:30 溶岩浴	👤👤👤 15:30-16:30 溶岩浴		👤👤👤 16:00-17:00 体引き締めヨガ 👤👤👤 yuka	16:00
17:00		👤👤👤 17:30-18:30 Mariトレ 👤👤👤👤 Mari		👤👤👤 17:30-18:30 パワーヨガ 👤👤👤👤 YUKIKO	👤👤👤 18:00-19:00 アロマヨガ 👤👤 yuka	👤👤👤 17:00-18:00 ミュージックフローヨガ 👤👤👤 eri		17:00
18:00	👤👤👤 18:00-19:00 トワイライトヨガ 👤👤 eri			👤👤👤 19:30-20:30 フィーリングヨガ 👤👤 YUKIKO	👤👤👤 19:30-20:30 深呼吸ヨガ 👤👤👤 Akiko	👤👤👤 18:00-19:00 アロマ使用 👤👤👤 18:00-19:00 アロマヨガ 👤👤 yuka		18:00
19:00				👤👤👤 19:30-20:30 ストretchヨガ 👤👤 Mari		👤👤👤 19:30-20:30 ストretchヨガ 👤👤 Mari		19:00
20:00	👤👤👤 19:30-20:30 Let's美尻ヨガ 👤👤 ASAMI	👤👤👤 19:30-20:30 ストretchヨガ 👤👤 Mari		👤👤👤 19:30-20:30 ストretchヨガ 👤👤 Mari	👤👤👤 19:30-20:30 ストretchヨガ 👤👤 Mari	👤👤👤 19:30-20:30 ストretchヨガ 👤👤 Mari		20:00
21:00	👤👤👤 21:00-22:00 溶岩浴					👤👤👤 21:00-22:00 溶岩浴		21:00

👤👤 マークが多くなるほど、運動量が高くなります。

※溶岩浴につきましては、ヨガレッスンはございません。

- ・予約はレッスン開始30分前までとします。
- ・予約の取消は、レッスン開始60分前までをお願いします。
- ・予約の取消の連絡なく、レッスンを休んだ場合又はレッスン開始60分前を過ぎて取消をした場合は、無断キャンセルとし、無断キャンセルが複数回あった場合は、予約を制限する場合があります。
- ・前項の無断キャンセルは、会員種別で利用回数の定めのある会員につき、当該期間における利用回数にカウントされます。

- ・レッスンが定刻に開始できるように入室して下さい。
- ・レッスン開始5分前に受講受付を締め切ります。
- ・スタジオ内へは、水とタオルをお持ち下さい。
- ・他のお客様へのご迷惑、またトラブルに発展する可能性がありますのでルールを守ってレッスンにご参加下さい。
- ・都合によりレッスンや担当者が変更になる場合がございます。
- ・香水、ボディクリーム、柔軟剤など香りの強いものはご遠慮下さい。
- ・施設内は画像・動画の撮影は原則禁止です。スタジオへのスマートフォン、携帯電話、タブレット等の持ち込みは禁止です。



Sakai yoga studio 江南西店

sakai-yoga-studio.ip レッスンのご予約はご入会お手続き完了後、Webより願います。