

スポーツクラブ&スパ ルネサンス 桂川24		ホットヨガレッスンスケジュール						2026年8月1日～9月30日	
	月 MON	火 THU	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT	日 SUN		
				休館日					
9:00								9:00	
9:30								9:30	
10:00		リファインヨガ 9:30～10:30 まーの				美姿勢ヨガ 9:45～10:45 清水 あゆみ	ヨガリンパ 9:40～10:40 まーの	10:00	
10:30	ビューティモ ヨガ 10:10～11:10 五十嵐 里佳		ビューティモ ヨガ 10:20～11:20 山本 哲矢		らくヨガ 10:10～11:10 JUNKO				10:30
11:00									11:00
11:30	リファインヨガ 11:25～12:25 五十嵐 里佳				ヨガリンパ 11:30～12:30 木下 ヒロ	リファインヨガ 11:05～12:05 藤原 梨恵	らくヨガ 11:00～12:00 まーの	11:30	
12:00									
12:30		ヨガリンパ 12:00～13:00 河内 美和	骨盤ヨガ 12:15～13:15 Minami			ビューティモ ヨガ 12:25～13:25 藤原 梨恵	リファインヨガ 12:15～13:15 岸本 正美	12:30	
13:00	骨盤ヨガ 12:50～13:50 JUNKO								
13:30								13:30	
14:00								14:00	
14:30						ヨガリンパ 14:00～15:00 Minami		14:30	
15:00	らくヨガ 14:30～15:30 鎮守 明美		美姿勢ヨガ 14:50～15:50 原 ももこ					15:00	
15:30								15:30	
16:00								16:00	
16:30								16:30	
17:00						骨盤ヨガ 16:30～17:30 YUKO		17:00	
17:30							ヨガリンパ 17:00～18:00 みいたん	17:30	
18:00						らくヨガ 17:50～18:50 YUKO		18:00	
18:30		骨盤ヨガ 18:15～19:15 山本 哲矢	ビューティモ ヨガ 18:30～19:30 山本 哲矢					18:30	
19:00									19:00
19:30								19:30	
20:00	リファインヨガ 19:30～20:30 岸本 正美	ヨガリンパ 19:35～20:35 木下 ヒロ	らくヨガ 20:00～21:00 山本 哲矢		リファインヨガ 19:30～20:30 清水 あゆみ			20:00	
20:30									
21:00								21:00	
21:30								21:30	
22:00								22:00	
22:30								22:30	
23:00	月 MON	火 THU	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT	日 SUN	23:00	

レッスン代行情報

こちらの二次元コードを読み込み
ご確認ください。

