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10月～2027年3月

	月 MON	火 THU	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT	日 SUN
				休館日			
9:00							
9:30							
10:00		リファインヨガ 9:45～10:45 岸本　正美				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
10:30	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		
11:00						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	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		
12:00		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							
14:00						ヨガリンパ 14:00～15:00 大槇　明日香	
14:30	らくヨガ 14:30～15:30 鎮守　明美						
15:00			ヨガリンパ 14:50～15:50 原 ももこ				
15:30							
16:00							
16:30						骨盤ヨガ 16:30～17:30 YUKO	
17:00							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	
18:30		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				
19:00							
19:30	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			リファインヨガ 19:30～20:30 清水　あゆみ		
20:00			らくヨガ 20:00～21:00 山本　哲矢				
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							
22:30							
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。