



# 11月のレッスンスケジュール

金曜日		土曜日		日曜日	
HOT YOGA	常温 studio	HOT YOGA	常温 studio	HOT YOGA	常温
3 ●18:50-20:05 ホットリプル (藤井先生)	●18:30-19:45 アシュタンガ ベーシック (万里子先生)	4 ●9:45-11:00 ホットリプル (汐美先生) ●11:10-12:25 ホットリプル (汐美先生)	●11:00-12:15 リラックスリプル (万里子先生)	5	
10 ●18:50-20:05 ホットリプル (藤井先生)	●18:30-19:45 アシュタンガ ハーフ (万里子先生)	11 ●9:45-11:00 ホットリプル (美和先生) ●11:10-12:25 ホットリプル (美和先生)	●11:00-12:15 リラックスリプル (万里子先生)	12 ●11:10-12:25 ホットリプル (藤井先生)	
17 ●18:50-20:05 ホットリプル (藤井先生)	●18:30-19:45 アシュタンガ ハーフ (万里子先生)	18 ●9:45-11:00 ホットリプル (美和先生) ●11:10-12:25 ホットリプル (美和先生)	●11:00-12:15 リラックスリプル (万里子先生)	19	
24 ●18:50-20:05 ホットリプル (藤井先生)	●19:00-20:15 アシュタンガ ハーフ (万里子先生)	25 ●9:45-11:00 ホットリプル (美和先生) ●11:10-12:25 ホットリプル (美和先生)	リラックスリプル 休講	26 ●11:10-12:25 ホットリプル (藤井先生)	

[お知らせ・連絡等](#)

SUPER デトックス!

**MEN'S ホットヨガ**

メンズホットヨガが  
開講します。

火曜夜 20:15~21:30

※月謝制

月 2回 4100円

月 3回 5700円

月 4回 7500円

陶板使用料 750円/1回

※チケット制あり

期限 3ヶ月

3回 10,000円

6回 16,000円

陶板使用料込みです

※キャンペーン

入会金 3,000円 (12月末  
まで)

[イベントのお知らせ](#)

※体験レッスン

随時できます。お申込み  
は G-spa 受付まで!

[キャンペーン](#)

入会キャンペーン

10月秋のご入会キャ  
ンペーン開催

入会金 70%OFF

10,000円 → 3,000円

とお得です!