

# スタジオ ヨガピス 大森 - 2026年03月 -

2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、29日(日)、30日(月)、31日(火)は休館日です。

20日(金)については以下のプログラム、営業時間とは異なりますので、直接クラブへお問合せ下さい。

都合により、プログラム、インストラクターが変更になる場合があります。

また、掲載されていない施設のスケジュールにつきましては直接クラブまでお問合せ下さい。

[スクール]:スクール制(別途入会手続き、会費が必要です) [セッション]:別途参加費が必要です [定員]:定員制です [予約]:予約が必要です [整理券]:整理券が必要です

## < スタジオ > - ヨガピススタジオ -

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日	
10:00		10:00(60分)HOTヨガ[スクール][定員]	10:00(60分)HOTヨガ[スクール][定員]	10:00(60分)HOTヨガ[スクール][定員]	10:00(60分)HOTパワーヨガ[スクール][定員]			10:00	
10:30						10:20(60分)HOTヨガ[スクール][定員]		10:30	
11:00								11:00	
11:30				11:30(60分)HOTリンパデトックス&ヨガ[スクール][定員]				11:30	
12:00			12:00(40分)HOTピラティス[スクール][予約]		12:00(40分)ヒップホップスクール[スクール][予約]	11:50(60分)HOTピラティス[スクール][定員]		12:00	
12:30								12:30	
13:00		12:45(60分)HOTリンパデトックス&ヨガ[スクール][定員]	13:00(60分)*クラブ限定/HOTボディメイクヨガ[スクール][定員]					13:00	
13:30							13:30(60分)HOTヨガ[スクール][定員]	13:30	
14:00								14:00	
14:30								14:30	
15:00	休館日		15:00(60分)HOTリンパデトックス&ヨガ[スクール][定員]				15:00(60分)HOTピラティス[スクール][定員]	15:00	
15:30					15:30(60分)HOTピラティス[スクール][定員]	15:20(60分)HOTリンパデトックス&ヨガ[スクール][定員]		15:30	
16:00								16:00	
16:30								16:30(60分)HOTピラティス[スクール][定員]	16:30
17:00									17:00
17:30									17:30
18:00								18:00(60分)*クラブ限定/HOTボディメイクヨガ[スクール][定員]	18:00
18:30			18:40(60分)HOTヨガ[スクール][定員]				18:30(60分)HOTピラティス[スクール][定員]		18:30
19:00			18:50(60分)HOTピラティス[スクール][定員]			19:00(60分)HOTピラティス[スクール][定員]			19:00
19:30									19:30
20:00		20:10(60分)HOTヨガ[スクール][定員]		20:00(60分)HOTフィールヨガ[スクール][定員]				20:00	
20:30					20:20(60分)HOTピラティス[スクール][定員]			20:30	
21:00								21:00	
21:30								21:30	
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日	