

ホットヨガスタジオBODYUP西葛西

2026年10月祝日レッスンスケジュール

10/12(月・祝)	
10:00	10:00 DOOR OPEN
10:30	
11:00	10:30~11:30 骨盤PILATES MEGUMI
11:30	
12:00	12:00~13:00 溶岩deころん ピジター-2,200円 予約システム内にてお支払い下さい。 ※先着でパーソナルトレーニングの 予約が入った場合は貸切とさせていただきます。
12:30	
13:00	
13:30	13:30~14:30 ストレッチボールピラティス RIE
14:00	
14:30	
15:00	15:00~16:00 ストレッチ&ビューティ RIE
15:30	
16:00	
16:30	16:30~17:30 溶岩deころん ピジター-2,200円 予約システム内にてお支払い下さい。 ※先着でパーソナルトレーニングの 予約が入った場合は貸切とさせていただきます。
17:00	
17:30	
18:00	
18:30	
19:00	
19:30	
20:00	20:00 DOOR CLOSE



10:00

:30

11:00

:30

12:00

:30

13:00

:30

14:00

:30

15:00

:30

16:00

:30

17:00

:30

18:00

:30

19:00

:30

20:00



1レッスンにつき
バスタオル1枚付き
1Fフロントにて予約時間の
棚からバスタオル1枚を
お取りください。

※レッスン開始30分前を過ぎてからの
キャンセルはできません。
無断キャンセルは、マンスリーフリー会員様は
フロントにて1,100円(税込)
お支払いいただきます。
月4月8チケット会員様は
チケット消化となります。

スプレーボトルはお手元に
置かず、都度カゴに
戻していただきますよう
お願いいたします。

スタジオへの入室は
レッスン開始時間までに
ご入室をお願いいたします。
開始時間過ぎてからの
入室はご遠慮ください。



《営業時間》

月～金：10:00～23:00

土曜日：10:00～21:00

日曜日：10:00～20:00

定休日：毎週木曜日

ホットヨガスタジオ
BODY UP