HOTLUX木場店　ゴールデンウィークスケジュール

	4/29（月）祝日	4/30（火）休館日	5/1（水）祝日	5/2（木）祝日	5/3（金）祝日	5/4（土）祝日	5/5（日）通常	5/6（月）祝日
9:00					マグマ ピラティス 9:15～10:15 室安　砂織	マグマヨーガ デトックス 9:15～10:15 金親　佐知子		
15								
30	マグマヨーガ 骨盤調整 9:30～10:30 畠山　弥生		マグマヨーガ リラックス 9:30～10:30 吉田　みゆき	マグマヨーガ ベーシック 9:30～10:30 吉田　みゆき			SQUEEZE YOGA 9:30～10:30 岩月　穂波	マグマヨーガ ベーシック 9:30～10:30 三浦　明日香
45								
10:00					マグマヨーガ 骨盤調整 10:30～11:30 三浦　明日香	マグマヨーガ 骨盤調整 10:50～11:50 畠山　弥生	Care Yoga 10:50～11:50 加藤　智枝	マグマヨーガ 骨盤調整 10:50～11:50 畠山　弥生
15			マグマヨーガ デトックス 10:50～11:50 AZUSA	マグマヨーガ 骨盤調整 10:50～11:50 北野　由香里				
30	マグマヨーガ リラックス 11:00～12:00 AZUSA							
45					マグマヨーガ デトックス 11:50～12:50 岩月　穂波	マグマヨーガ ベーシック 12:10～13:10 畠山　弥生	ストレッチ ベーシック 12:10～13:10 岩月　穂波	ストレッチ ベーシック 12:10～13:10 佐藤　あゆみ
12:00								
15			Care Yoga 12:10～13:10 AZUSA	マグマヨーガ リラックス 12:20～13:20 三浦　明日香				
30	トータルリカバリー ×美骨motion 12:20～13:20 佐藤　あゆみ							全身シェイプ
45						マグマヨーガ リラックス 13:30～14:30 Asami	マグマヨーガ ベーシック 13:30～14:30 長嶋　なな美	セラピーボール 13:55～14:55 佐藤　あゆみ
13:00			マグマヨーガ ベーシック 13:30～14:30 三浦　明日香	マグマヨーガ デトックス 13:40～14:40 Asami	マグマヨーガ ベーシック 13:45～14:45 阪本　のり子			
15								
30	HOTLUX フリー利用 13:35～14:35					セラピーボール 14:45～15:45 長元　優芽		
45								
14:00				Functional Sequence Yoga 15:00～16:00 鈴木　まり子				
15			マグマヨーガ 骨盤調整 15:10～16:10 畠山　弥生		F-body 15:25～16:25 樋口　昭子		マグマヨーガ 骨盤調整 15:15～16:15 Mamii	
30								
45	マグマヨーガ デトックス 15:50～16:50 横田　美樹子		マグマ ピラティス 16:30～17:30 横田　美樹子	マグマヨーガ デトックス 16:20～17:20 金親　佐知子		Functional Sequence Yoga 16:00～17:00 鈴木　まり子		マグマヨーガ デトックス 16:10～17:10 横田　美樹子
16:00					マグマヨーガ リラックス 16:45～17:45 ミエコ		マグマヨーガ デトックス 16:30～17:30 Mamii	
15								
30	マグマヨーガ デトックス 17:10～18:10 Asami			HOTLUXフリー利用 17:40～18:10		SQUEEZE YOGA 17:15～18:15 岩月　穂波		
45			マグマヨーガ リラックス 17:50～18:50 ミエコ					マグマヨーガ リラックス 17:30～18:30 AZUSA
17:00					マグマヨーガ デトックス 18:05～19:05 ミエコ		マグマヨーガ リラックス 18:00～19:00 AZUSA	
15								
30						HOTLUX フリー利用 18:30～19:30		
45								
18:00								
15								
30								
45								
19:00								
15								
30								
45								
20:00								
15								
30								
45								
21:00								
15								
30								
45								
22:00								
15								
30								
45								
23:00								
15								
30								
45								

・HOTLUXフリー利用について

4/29分・・・¥1000（税込）4/15よりジム・電話で受付開始

5/2分・・・¥500（税込）4/18よりジム・電話で受付開始

5/4分・・・¥1000（税込)4/20よりジム・電話で受付開始

・5/6イベント【マグマde全身シェイプ】について

5/6　12：10～13：10ストレッチベーシックに予約していただいた方はご参加いただけます。

«レッスン参加時のお願い»

- **定員は20名となります。**
- **レッスンは完全予約制となりますので、事前予約をお願いいたします。**
- **予約方法は、WEB、フロントとなります。**
- **毎週火曜日は定期休館日とさせて頂いております。**

HOTLUX