

HOTLUX木場店祝日スケジュール

	9月17日	9月24日
9:00		
15		
30		
45		
10:00		マグマ ピラティス 9:40~10:40 室安 砂織
15	マグマ ピラティス 10:15~11:15 室安 砂織	
30		マグマヨーガ リラックス 11:00~12:00 青貝 タ子
45		
11:00		
15		
30		マグマヨーガ ベーシック 12:20~13:20 青貝 タ子
45		
12:00		
15		
30		
45		
13:00	マグマヨーガ 骨盤調整 13:00~14:00 松成 広子	
15		マグマヨーガ 骨盤調整 13:40~14:40 松成 広子
30		
45		
14:00		
15	ストレッチ ベーシック 14:15~15:15 佐藤 あゆみ	
30		
45		
15:00		
15		
30		
45		
16:00		
15		
30		
45		
17:00	マグマヨーガ デトックス 16:45~17:45 横田 美樹子	マグマピラティス 16:45~17:45 横田 美樹子
15		
30		
45		
18:00		
15	マグマヨーガ リラックス 18:00~19:00 横田 美樹子	マグマヨーガ デトックス 18:00~19:00 横田 美樹子
30		
45		
19:00		
15		
30		
45		

«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となります】2週間前から予約開始となります。
- ・キャンセル,変更は当日30分前までにご連絡をお願いいたします。

※9/17(月・祝) 12:25~12:45にミニセラピーボール20分(無料)のレッスンを実施します。
ご希望の方は、直接店頭、またはお電話でご予約ください。

