HOTLUX新宿店スケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
7:00							
15	マグマヨーガ デトックス 7:15～8:15 Mamii				マグマヨーガ リラックス 7:15～8:15 北野　由香里		
30							
45							
8:00							
15							
30							
45							
9:00							
15							
30							
45						マグマヨーガ ベーシック 9:45～10:45 yurika	マグマヨーガ リラックス 9:45～10:45 AZUSA
10:00							
15				マグマヨーガ リラックス 10:15～11:15 添田　美帆			
30	マグマヨーガ ベーシック 10:30～11:30 Mamii	セラピー ボール 10:30～11:30 スタッフ	マグマヨーガ 骨盤調整 10:30～11:30 Junko		ストレッチ ベーシック 10:30～11:30 スタッフ		
45							
11:00						マグマヨーガ 骨盤調整 11:15～12:15 yurika	マグマヨーガ ベーシック 11:15～12:15 AZUSA
15							
30							
45							
12:00	マグマヨーガ 骨盤調整 12:00～13:00 ミエコ	マグマヨーガ デトックス 12:00～13:00 近藤　義子	マグマヨーガ ベーシック 12:00～13:00 HIRO	マグマヨーガ ピラティス 12:00～13:00 kaori	マグマヨーガ ベーシック 12:00～13:00 北野　由香里		
15							
30						マグマヨーガ デトックス 12:45～13:45 川原　亜希子	マグマヨーガ 骨盤調整 12:45～13:45 わかば
45							
13:00							
15							
30	マグマヨーガ ピラティス 13:30～14:30 阪本　のりこ	マグマヨーガ ベーシック 13:30～14:30 Asami	マグマヨーガ デトックス 13:30～14:30 yurika	マグマヨーガ パワーエナジー 13:30～14:30 saori	マグマヨーガ 骨盤調整 13:30～14:30 松成　広子		
45							
14:00						ストレッチ ベーシック 14:15～15:15 スタッフ	マグマヨーガ リラックス 14:15～15:15 わかば
15							
30							
45							
15:00	ストレッチ ベーシック 15:00～16:00 スタッフ	マグマヨーガ 骨盤調整 15:00～16:00 郡山　恵	マグマヨーガ リラックス 15:00～16:00 増田　祥子	マグマヨーガ ベーシック 15:00～16:00 稲毛　友紀			
15							
30					マグマヨーガ デトックス 15:30～16:30 坂部　和佳子		
45						マグマヨーガ リラックス 15:45～16:45 吉田　みゆき	マグマヨーガ デトックス 15:45～16:45 yoko
16:00							
15							
30							
45							
17:00					セラピー ボール 17:00～18:00 スタッフ		
15						マグマヨーガ 骨盤調整 17:15～18:15 吉田　みゆき	マグマヨーガ ベーシック 17:15～18:15 山野辺　優美
30							
45							
18:00							
15		マグマヨーガ パワーエナジー 18:15～19:15 nami	マグマヨーガ 骨盤調整 18:15～19:15 kimie				
30	マグマヨーガ デトックス 18:30～19:30 Rie				マグマヨーガ 骨盤調整 18:30～19:30 山澤　春香		
45				マグマヨーガ デトックス 18:45～19:45 北野　由香里		セラピー ボール 18:45～19:45 スタッフ	
19:00							
15							
30							
45							
20:00	マグマヨーガ 骨盤調整 20:00～21:00 Rie		マグマヨーガ ベーシック 20:00～21:00 青貝　夕子		マグマヨーガ デトックス 20:00～21:00 Mamii		
15							
30				ストレッチ ベーシック 20:30～21:30 スタッフ			
45							
21:00							
15							
30	マグマヨーガ ベーシック 21:30～22:30 桜井　美恵	ストレッチ ベーシック 21:30～22:30 スタッフ	マグマヨーガ リラックス 21:30～22:30 青貝　夕子		マグマヨーガ ベーシック 21:30～22:30 Mamii		
45							
22:00							
15							
30							
45							
23:00							
15							
30							
45							

«レッスン参加時のお願い»

・定員は23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、電話、フロントとなります】3月12日（月）から予約開始となります。

・4/3（火）、4/15（日）は定期休館日となります。ご了承下さい。