

2019年4月 HOTLUX木場店スケジュール

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
					マグマヨーガ デトックス 9:30~10:30 金親 佐知子	[HOTLUX] SQUEEZE Yoga 9:30~10:30 岩月 穂波
マグマ ヒラティス 10:30~11:30 幸安 紗南		マグマヨーガ デトックス 10:45~11:45 吉田 みゆき	マグマヨーガ 神経調整 10:30~11:30 高田 由香子	マグマヨーガ リラックス 10:30~11:30 三浦 明日香	マグマヨーガ 神経調整 10:50~11:50 高田 由香子	[HOTLUX] Cafe Yoga 10:50~11:50 高田 由香子
マグマヨーガ リラックス 11:45~12:45 青田 タチ		マグマヨーガ 神経調整 11:00~12:00 高田 由香子	マグマヨーガ デトックス 11:45~12:45 ミエコ	[HOTLUX] Cafe Yoga 12:00~13:00 AZUSA	マグマヨーガ ベーシック 12:10~13:10 高田 由香子	ストレッチベーシック 12:10~13:10 岩月 穂波
マグマヨーガ 神経調整 13:00~14:00 松崎 由子			[HOTLUX] Functional Sequence Yoga 13:15~14:15 北野 由香里	マグマヨーガ ベーシック 13:45~14:45 阪本 のりこ	マグマヨーガ 神経調整 13:15~14:25 Asami	マグマヨーガ ベーシック 13:30~14:30 長嶋 なな美
ストレッチベーシック 14:30~15:30 (春期・お休み)		マグマヨーガ ベーシック 14:45~15:45 高田 由香子	マグマヨーガ デトックス 15:00~16:00 Asami	[HOTLUX] F-body 15:15~16:15 藤口 裕子	マグマヨーガ リラックス 14:40~15:40 内田 奈子	マグマヨーガ 神経調整 15:15~16:15 Mamii
		マグマヨーガ 神経調整 16:00~17:00 Mamii			[HOTLUX] Functional Sequence Yoga 16:00~17:00 鈴木 まり子	マグマヨーガ デトックス 16:30~17:30 Mamii
					セラピーボール 17:15~18:15 長元 優芽	
						マグマヨーガ リラックス 18:00~19:00 AZUSA
マグマヨーガ デトックス 18:45~19:45 横井 美恵		マグマ ヒラティス 18:45~19:45 横田 美穂子	[HOTLUX] Cafe Yoga 18:45~19:45 藤口 裕子	[HOTLUX] トータルリカバリー ・美背Motion 19:00~20:00 佐藤 あゆみ		
マグマヨーガ ベーシック 20:00~21:00 横田 美穂子		[HOTLUX] Cafe Yoga 20:00~21:00 横田 美穂子	マグマヨーガ デトックス 20:00~21:00 内田 奈子			
マグマヨーガ 神経調整 21:15~22:15 Asami		セラピーボール 21:15~22:15 岩月 穂波	マグマヨーガ リラックス 21:15~22:15 Asami	マグマヨーガ デトックス 21:00~22:00 吉田 みゆき		

※レッスン参加時のお断り※

- ・定員は20名となります。
- ・全て有料レッスンとなります。
- ・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】
- ・祝日は、特別スケジュールになります。

