

# 2020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 岩月 穂波	脂肪燃焼ヨガ 9:30~10:30 岩月 穂波	
しなやか美ボディヨガ 10:30~11:30 室安 紗織		マグマヨーガ デトックス 10:45~11:45 吉田 尚彦	マグマヨーガ 骨盤調整 10:30~11:30 吉田 みゆき	マグマヨーガ リラックス 10:30~11:30 三尋 明日香	しなやか美ボディヨガ 10:50~11:50 岩月 穂波	マグマヨーガ リラックス 10:50~11:50 加藤 智枝	
リンパデトックスヨガ 11:45~12:45 亜彩		マグマヨーガ ベーシック 12:00~13:00 原 ひとみ	マグマヨーガ リラックス 11:45~12:45 ミエコ	機能改善エクササイズ 11:45~12:45 橋口 昭子	マグマヨーガ ベーシック 12:10~13:10 Asami	リンパデトックスヨガ 12:10~13:10 三木田 和香奈	
美容鍼エクササイズ 13:00~14:00 橋口 昭子		しなやか美ボディヨガ 13:15~14:15 鈴木 まり子	マインドフローヨガ 13:40~14:40 小川 枝里	マグマヨーガ デトックス 13:45~14:45 橋本 のりこ	マグマヨーガ リラックス 13:25~14:25 Asami		
セラピーボール 14:30~15:30 佐藤 あゆみ		機能改善エクササイズ 14:35~15:35 中山 由貴	マグマヨーガ ベーシック 15:00~16:00 Asami	リンパデトックスヨガ 15:15~16:15 AZUSA	マグマヨーガ 骨盤調整 14:40~15:40 内田 宗子		
	休 館 日	マグマヨーガ 骨盤調整 15:50~16:50 Mami			脂肪燃焼ヨガ 16:00~17:00 鈴木 まり子	マグマヨーガ デトックス 16:20~17:20 Mami	
					セラピーボール 17:15~18:15 長元 優芽		
						マグマヨーガ 骨盤調整 18:00~19:00 AZUSA	
マグマヨーガ 骨盤調整 18:45~19:45 桜井 美恵			リンパデトックスヨガ 18:45~19:45 横田 美樹子	マグマヨーガ デトックス 19:00~20:00 内田 宗子	美容鍼エクササイズ 19:15~20:15 佐藤 あゆみ		
脂肪燃焼ヨガ 20:00~21:00 横田 美樹子			マグマセラティス 20:00~21:00 横田 美樹子				
マグマヨーガ デトックス 21:15~22:15 横田 美樹子			ストレッチ ベーシック 21:15~22:15 長元 優芽	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 21:00~22:00 吉田 みゆき		

◀レッスン参加時のお断り▶

- ・定員は10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。

