

2020年10月 HOTLUX スケジュール (木場店)

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 池田 美穂子	脂肪燃焼ヨガ 9:30~10:30 池田 美穂子
しなやが美ボディヨガ 10:30~11:30 直安 紗織		マグマヨーガ デトックス 10:30~11:30 池田 美穂子	NEW マグマヨーガ リラククス 10:45~11:45 三木田 和香	NEW 機能改善エクササイズ 10:30~11:30 樋口 昭子	しなやが美ボディヨガ 11:00~12:00 池田 美穂子	マグマヨーガ リラククス 11:00~12:00 池田 美穂子
リンパデトックスヨガ 12:00~13:00 直安 紗織		マグマヨーガ リラククス 12:00~13:00 池田 美穂子	NEW マインドフローヨガ 12:30~13:30 小川 穂菜	NEW マグマヨーガ デトックス 12:00~13:00 池田 美穂子	NEW マグマヨーガ リラククス 12:30~13:30 Azami	リンパデトックスヨガ 12:30~13:30 三木田 和香
美姿勢エクササイズ 13:30~14:30 樋口 昭子		しなやが美ボディヨガ 13:30~14:30 鈴木 まり子		NEW マグマヨーガ ベシック 13:30~14:30 AZUSA		
NEW HOTLUX フリー利用 15:00~16:00	休 館 日	マグマヨーガ 骨盤調整 15:00~16:00 Mami	マグマヨーガ ベシック 15:00~16:00 Azami	リンパデトックスヨガ 15:00~16:00 AZUSA	マグマヨーガ 骨盤調整 14:00~15:00 内田 美子	マグマヨーガ デトックス 14:00~15:00 AZUSA
					脂肪燃焼ヨガ 15:30~16:30 鈴木 まり子	マグマヨーガ 骨盤調整 15:30~16:30 AZUSA
						NEW HOTLUX フリー利用 17:00~18:00
					セラピーボール 17:00~18:00 高元 優珠	
マグマヨーガ 骨盤調整 18:45~19:45 池田 美穂子		マグマビラディス 19:00~20:00 池田 美穂子		NEW マグマヨーガ 骨盤調整 19:15~20:15 吉田 みゆき		
マグマヨーガ デトックス 20:15~21:15 池田 美穂子		機能改善エクササイズ 20:30~21:30 中山 由貴				
			HOTLUX フリー利用 20:45~21:45			

◀レッスン参加時のお願い▶

- ・定員は11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。

◀HOTLUXフリー利用▶

- ・インストラクターはつかず、ご自由にご利用いただけます。
- ・備品（美顔器・オイルなど）の持込はご遠慮ください。
- ・回数券持参・月会費制会員に限らず、フロントもしくは券売機でご入金をお願いいたします。
- ・予約方法は2週間前からフロント・もしくは電話となります。

