



# HOTLUXレッスンスケジュール 新百合ヶ丘店

2020年8月

	月	火	水	木	金	土	日
10:00							
15							
30							
45	マグマヨーガ デトックス 10:30~11:30 Kimie	マグマヨーガ ベーシック 10:30~11:30 大貫晴子	マグマヨーガ リラックス 10:30~11:30 Kimie		マグマヨーガ ベーシック 10:30~11:30 MIKA	マグマヨーガ 骨盤調整 10:30~11:30 Yuumi	マグマヨーガ デトックス 10:30~11:30 AIRI
11:00							
15							
30							
45							
12:00							
15	マグマ ピラティス 12:15~13:15 大貫晴子	マグマヨーガ 骨盤調整 12:30~13:30 竹花佐智子	[HOTLUX] 美姿勢エクササイズ 12:15~13:15 MIKA		マグマヨーガ 骨盤調整 12:15~13:15 MIKA	マグマヨーガ ベーシック 12:15~13:15 Yuumi	マグマヨーガ 骨盤調整 12:15~13:15 AIRI
13:00							
15							
30							
45							
14:00	[HOTLUX] 脂肪燃焼ヨガ 14:00~15:00 MIKA	[HOTLUX] お腹引き締め ピラティス 14:30~15:30 きよこ	マグマヨーガ ベーシック 14:30~15:30 hitomi		マグマヨーガ リラックス 14:00~15:00 高橋幸子	マグマヨーガ リラックス 14:00~15:00 長嶋なな美	[HOTLUX] 美姿勢エクササイズ 14:00~15:00 MIKA
15:00							
15							
30							
45							
16:00	[HOTLUX] 美姿勢エクササイズ 16:00~17:00 宮崎紗衣		マグマヨーガ リラックス 16:00~17:00 宮崎紗衣		マグマヨーガ デトックス 15:45~16:45 高橋幸子	マグマヨーガ デトックス 15:45~16:45 kimie	[HOTLUX] 脂肪燃焼ヨガ 15:45~16:45 MIKA
17:00							
15							
30							
45							
18:00						マグマヨーガ ベーシック 17:30~18:30 kimie	マグマヨーガ デトックス 17:30~18:30 Kimie
15							
30							
45							
19:00	[HOTLUX] お腹引き締め ピラティス 18:45~19:45 MIKA	マグマヨーガ デトックス 19:00~20:00 小倉敬子	マグマヨーガ 骨盤調整 18:45~19:45 鈴木まり子		マグマヨーガ リラックス 19:00~20:00 増井久美子	[HOTLUX] しなやか 美ボディヨガ 19:15~20:15 小倉敬子	
20:00							
15							
30	[HOTLUX] リンパ デトックスヨガ 20:15~21:15 鈴木まり子	[HOTLUX] マインドフロー ヨガ 20:30~21:30 小倉敬子	マグマヨーガ デトックス 20:15~21:15 AIRI		マグマヨーガ ベーシック 20:30~21:30 小倉敬子		
45							
22:00							
15							
30							
45							

デトックス	リラックス	機能改善	ボディメイク	脂肪燃焼	その他
-------	-------	------	--------	------	-----

- 都合によりスケジュールや担当者は変更になる場合があります。
- 祝日は特別スケジュールとなります。
- レッスンは全て完全予約制となっております。