



HOTLUXレッスンスケジュール

新百合ヶ丘店

2019年5月

	月	火	水	木	金	土	日			
10:00										
15										
30	マグマヨーガ デトックス 10:30～11:30 Saori	STYLE UP Yoga 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 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			
45										
11:00					マグマヨーガ ベーシック 11:00～12:00 MIKA					
15										
30										
45										
12:00	マグマ ピラティス 12:00～13:00 大貫晴子	Care Yoga 12:00～13:00 大貫晴子	トータルリカバリー ×美骨Motion 12:00～13:00 MIKA			マグマヨーガ ベーシック 12:00～13:00 Yuumi	マグマヨーガ 骨盤調整 12:00～13:00 AIRI			
15										
30										
45										
13:00										
15										
30	SQUEEZE YOGA 13:30～14:30 MIKA	マグマヨーガ 骨盤調整 13:30～14:30 竹花佐智子	マグマヨーガ デトックス 13:30～14:30 房枝		マグマヨーガ 骨盤調整 13:30～14:30 宮崎紗衣	マグマヨーガ リラックス 13:30～14:30 長嶋なな美	トータルリカバリー ×美骨Motion 13:30～14:30 MIKA			
45										
14:00										
15										
30										
45										
15:00	マグマヨーガ デトックス 15:00～16:00 浜口奈月		マグマヨーガ ベーシック 15:00～16:00 hitomi		マグマヨーガ リラックス 15:00～16:00 高橋幸子	トータルリカバリー ×美骨Motion 15:00～16:00 兵藤明日香	SQUEEZE YOGA 15:00～16:00 MIKA			
15										
30		PILATES BODYMAKE 15:30～16:30 高橋幸子								
45										
16:00		高橋幸子								
15										
30	トータルリカバリー ×美骨Motion 16:30～17:30 宮崎紗衣					F-body 16:30～17:30 兵藤明日香	マグマヨーガ デトックス 16:30～17:30 kimie			
45					マグマヨーガ デトックス 16:45～17:45 添田美帆					
17:00			F-body 17:00～18:00 宮崎紗衣							
15										
30										
45										
18:00						Functional sequeunce yoga 18:00～19:00 小倉敬子	マグマヨーガ ベーシック 18:00～19:00 kimie			
15										
30										
45	PILATES BODYMAKE 18:45～19:45 MIKA	マグマヨーガ デトックス 18:45～19:45 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					
19:00										
15									マグマヨーガ リラックス 19:30～20:30 小倉敬子	
30										
45										
20:00						小倉敬子				
15	Care Yoga 20:15～21:15 鈴木まり子	Mind Flow Yoga 20:15～21:15 小倉敬子	マグマヨーガ デトックス 20:15～21:15 鈴木まり子		F-body 20:30～21:30 本澤優里花					
30										
45										
21:00										
15										
30										
45										
22:00										
15										
30										
45										

⇒4月スタートNEWレッスン

- 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。