



HOTLUXレッスンスケジュール 新百合ヶ丘店

2021年2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							
30	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 12:15~13:15 竹花佐智子	[HOTLUX] 姿勢エクササイズ 12:30~13:30 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	[HOTLUX] 脂肪燃焼ヨガ 12:15~13:15 AIRI
45							
13:00							
15							
30							
45							
14:00	[HOTLUX] 脂肪燃焼ヨガ 14:00~15:00 MIKA				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] 姿勢エクササイズ 14:00~15:00 MIKA
15		[HOTLUX] お腹引き締め ピラティス 14:30~15:30 きよーこ	マグマヨーガ ベーシック 14:30~15:30 hitomi				
30							
45							
16:00	[HOTLUX] 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 骨盤調整 17:30~18:30 kimie
15	[HOTLUX] お腹引き締め ピラティス 18:15~19:15 MIKA	マグマヨーガ デトックス 18:15~19:15 小倉敬子	マグマヨーガ 骨盤調整 18:15~19:15 鈴木まり子		マグマヨーガ リラックス 18:15~19:15 増井久美子		
30							
45							
20:00	緊急事態宣言発令延長に伴う営業時間短縮(全曜日20時閉館)により、						
15	●月曜～土曜 19時以降開催のプログラム開始時間を変更(18:15～)						
30	土曜19:15～は休講						
45	●全曜日 20時以降のプログラム 休講						
21:00	今後も行政判断にて変更が生じる可能性があります。変更等の場合は、HP並びに						
15	館内にて告知致します。予めご理解・ご協力お願いします。						
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。