



HOTLUXレッスンスケジュール

新百合ヶ丘店

2026年7月

	月	火	水	木	金	土	日
10:00							
15							
30	マグマヨーガ 骨盤調整		マグマヨーガ ヒーリングデトックス		マグマヨーガ ベーシック	マグマヨーガ リラックス	マグマ 美脚ヨガ
45	10:20~11:20 kimie	マグマヨーガ デトックス	10:20~11:20 kimie		10:30~11:30 kimie	10:30~11:30 阪本 のりこ	10:30~11:30 kimie
11:00		10:30~11:30 小池 光世					
15							
30							
45	マグマ 美脚ヨガ		機能改善 エクササイズ				
12:00	11:40~12:40 kimie	美姿勢 エクササイズ	11:40~12:40 増井 久美子		美姿勢 エクササイズ	フリー利用	マグマヨーガ パワーエナジー
15		12:00~13:00 大和田 早希			12:00~13:00 蔵本 洋美	12:00~13:00	12:00~13:00 kimie
30							
45							
13:00	マグマヨーガ デトックス		マグマヨーガ ベーシック		男女兼用クラス		
15	13:00~14:00 戸高 景子	マグマヨーガ ベーシック	13:00~14:00 加藤 真実子		マグマヨーガ リラックス	マグマヨーガ デトックス	マグマヨーガ リラックス
30		13:20~14:20 竹花 佐智子			13:30~14:30 高橋 幸子	13:30~14:30 小倉 敬子	13:30~14:30 kimie
45							
14:00	男女兼用クラス						
15							
30	マグマヨーガ リラックス		マグマヨーガ デトックス				
45	14:30~15:30 浜口 奈月	マグマヨーガ リラックス	14:30~15:30 KYOCO		マグマ ピラティス	しなやか 美ボディヨガ	ストレッチ ベーシック
15:00		14:40~15:40 竹花 佐智子			15:00~16:00 高橋 幸子	15:00~16:00 小倉 敬子	15:00~16:00 横田 茉緒
15							
30		男女兼用クラス					
45							
16:00		機能改善 エクササイズ	マグマヨーガ 骨盤調整			男女兼用クラス	
15	マグマヨーガ 骨盤調整	16:00~17:00 増井 久美子	16:00~17:00 金親 佐知子		マグマヨーガ リラックス	マグマヨーガ ヒーリングデトックス	マグマヨーガ ベーシック
30	16:15~17:15 鈴木 まり子				16:20~17:20 浜口 奈月	16:30~17:30 kimie	16:20~17:20 川原 亜希子
45							
17:00							
15							
30							
45							マグマヨーガ デトックス
18:00						マグマヨーガ 骨盤調整	17:40~18:40 川原 亜希子
15						18:00~19:00 kimie	
30							
45							
19:00	マグマヨーガ ベーシック	マグマ ピラティス	マグマ 美脚ヨガ		マグマヨーガ リラックス		
15	18:55~19:55 増井 久美子	19:00~20:00 横田 美樹子	19:00~20:00 kimie		18:45~19:45 浜口 奈月		
30							
45							
20:00					男女兼用クラス		
15	機能改善 エクササイズ				リンパデトックス ヨガ		
30	20:15~21:15 増井 久美子	マグマヨーガ デトックス	マグマヨーガ ヒーリングデトックス		20:15~21:15 浜口 奈月		
45		20:30~21:30 横田 美樹子	20:30~21:30 kimie				
21:00							
15							
30							
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	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。