# 【2026年4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 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 休館日 | | | | マグマヨーガ骨盤調整<br>9:30~10:30<br>金親　佐知子 | 脂肪燃焼ヨガ<br>9:30~10:30<br>加藤　智枝 |
| ★脂肪燃焼ヨガ<br>10:30~11:30<br>鈴木　まり子 | | マグマヨーガベーシック<br>10:30~11:30<br>金親　佐知子 | 機能改善エクササイズ<br>10:20~11:20<br>峯元　久美子 | しなやか美ボディヨガ<br>10:30~11:30<br>中澤　伶 | しなやか美ボディヨガ<br>11:00~12:00<br>内田　宗子 | ★マグマピラティス<br>11:00~12:00<br>加藤　智枝 |
| リンパデトックスヨガ<br>12:00~13:00<br>鈴木　まり子 | | 美姿勢エクササイズ<br>12:00~13:00<br>貝谷　有希 | リンパデトックスヨガ<br>11:45~12:45<br>鈴木　まり子 | 美姿勢エクササイズ<br>12:00~13:00<br>貝谷　有希 | マグマヨーガリラックス<br>12:30~13:30<br>内田　宗子 | マグマヨーガデトックス<br>12:30~13:30<br>堀江　愛理沙 |
| ★マグマヨーガデトックス<br>13:30~14:30<br>内田　宗子 | | マグマヨーガ<br>デトックス<br>13:30~14:30<br>鈴木　真弓 | マグマヨーガベーシック<br>13:30~14:30<br>鈴木　真弓 | リンパデトックスヨガ<br>13:30~14:30<br>加藤　智枝 | 美姿勢エクササイズ<br>14:00~15:00<br>貝谷　有希 | マグマヨーガベーシック<br>14:00~15:00<br>三木田　和香奈 |
| マグマヨーガリラックス<br>15:00~16:00<br>内田　宗子 | | マグマヨーガ骨盤調整<br>15:00~16:00<br>わかば | マグマヨーガ<br>デトックス<br>15:00~16:00<br>増井　久美子 | 脂肪燃焼ヨガ<br>15:00~16:00<br>加藤　智枝 | 脂肪燃焼ヨガ<br>15:30~16:30<br>三木田　和香奈 | ★セラピーボール<br>15:30~16:30<br>三木田　和香奈 |
| 脂肪燃焼ヨガ<br>16:30~17:30<br>郡山　恵 | | リンパデトックスヨガ<br>16:30~17:30<br>わかば | HOTLUXフリー利用60<br>￥1,000(税込)<br>16:30~17:30 | ★セラピーボール<br>16:30~17:30<br>三木田　和香奈 | マインドフローヨガ<br>17:00~18:00<br>小川　枝里 | しなやか美ボディヨガ<br>17:00~18:00<br>鈴木　まり子 |
| リンパデトックスヨガ<br>18:00~19:00<br>郡山　恵 | | | HOTLUXフリー利用30<br>￥500(税込)<br>18:00~18:30 | | ★リンパデトックスヨガ<br>18:30~19:30<br>小川　枝里 | |
| ★マグマヨーガベーシック<br>19:30~20:30<br>桜井　美恵 | | マグマピラティス<br>19:15~20:15<br>横田　美樹子 | ★マグマヨーガ<br>デトックス<br>19:15~20:15<br>櫻井　佳子 | ★リンパデトックスヨガ<br>19:00~20:00<br>三木田　和香奈 | | |
| ★マグマヨーガ骨盤調整<br>21:00~22:00<br>桜井　美恵 | | ★しなやか美ボディヨガ<br>20:45~21:45<br>横田　美樹子 | ★マグマヨーガ<br>リラックス<br>20:45~21:45<br>櫻井　佳子 | マグマヨーガデトックス<br>20:30~21:30<br>堀江　愛理沙 | | |

≪レッスン参加時のお願い≫
・定員は20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。