



HOTLUXレッスンスケジュール

新百合ヶ丘店

2026年4月

	月	火	水	木	金	土	日
10:00							
15		NEW					
30	マグマヨーガ 骨盤調整	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		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	10:30~11:30 小池 光世	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							
15							
30							
45	マグマ 美脚ヨガ	美姿勢	機能改善 エクササイズ		美姿勢	マグマ	マグマヨーガ
12:00	11:40~12:40 kimie	エクササイズ 12:00~13:00 大和田 早希	11:40~12:40 増井 久美子		エクササイズ 12:00~13:00 蔵本 洋美	ピラティス 12:00~13:00 阪本 のりこ	パワーエナジー 12:00~13:00 kimie
15							
30	NEW						
45	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		
13:00	13:00~14:00 戸高 景子	マグマヨーガ ベーシック 13:20~14:20 竹花 佐智子	13:00~14:00 加藤 真実子		マグマヨーガ リラックス 13:30~14:30 高橋 幸子	マグマヨーガ デトックス 13:30~14:30 小倉 敬子	マグマヨーガ リラックス 13:30~14:30 kimie
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 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	14:40~15:40 竹花 佐智子	14:30~15:30 KYOCO				
15:00					マグマ ピラティス 15:00~16:00 高橋 幸子	しなやか 美ボディヨガ 15:00-16:00 小倉 敬子	フリー利用 15:00~16:00
16:00	NEW	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 16:30~17:30 kimie	マグマヨーガ ベーシック 16:20~17:20 川原 亜希子
30					16:20~17:20 浜口 奈月		
45							
17:00							
15							
30							
45							
18:00						マグマヨーガ 骨盤調整 18:00~19:00 kimie	マグマヨーガ デトックス 17:40~18:40 川原 亜希子
15							
30	NEW						
45	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		
19:00	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		
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。