

2022年7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
9:00						
15						
30						
45						
10:00					マグマヨーガ 骨盤調整 9:30～10:30 金親 佐知子	脂肪燃焼ヨガ 9:30～10:30 加藤 智枝
15		NEW				
30						
45					NEW	
11:00		マグマヨーガ ベース 10:30～11:30 鈴木 真弓	しなやか美ボディヨガ 10:30～11:30 鈴木 まり子	マグマヨーガ デトックス 10:30～11:30 阪本 のりこ	しなやか美ボディヨガ 11:00～12:00 内田 宗子	マグマヨーガ リラックス 11:00～12:00 加藤 智枝
15						
30						
45	NEW	NEW				
12:00		マグマヨーガ デトックス 12:00～13:00 鈴木 真弓	マグマヨーガ リラックス 12:00～13:00 ミエコ	美姿勢エクササイズ 12:00～13:00 中下 舞		
15						
30					マグマヨーガ リラックス 12:30～13:30 Asami	マグマヨーガ デトックス 12:30～13:30 鈴木 真弓
45						
13:00						
15						
30						
45						
14:00		リンパデトックスヨガ 13:30～14:30 Mamii	機能改善エクササイズ 13:30～14:30 横瀬 市佳	マグマヨーガ 骨盤調整 13:30～14:30 和佳子		
15					マグマヨーガ 骨盤調整 14:00～15:00 内田 宗子	マグマヨーガ ベース 14:00～15:00 鈴木 真弓
30						
45						
15:00						
15		マグマヨーガ リラックス 15:00～16:00 内田 宗子	マグマヨーガ 骨盤調整 15:00～16:00 Mamii	美姿勢エクササイズ 15:00～16:00 滝口 智心	機能改善エクササイズ 15:00～16:00 庄林 鼓	NEW
30						
45						
16:00						
15						
30						
45						
17:00						
15						
30						
45						
18:00						
15						
30						
45						
19:00						
15						
30						
45						
20:00						
15						
30						
45						
21:00						
15						
30						
45						
22:00						
15						
30						
45						
23:00						

＜＜レッスン参加時のお願い＞＞

- ・定員は**15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。

