



マグマスタジオでのレッスンが初めての方やしばらく運動をされていなかった方にオススメのクラスです。



女性のみご参加できるクラスです。



ダイエットを目的とされている方にオススメのクラスです。

2017年 4月

マグマスタジオスケジュール

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | |
|-------|---|--|---|--|--|---|---|-------|
| 9:00 | イベントレッスンのお知らせ 4/11 (火) 15:00~16:00 🔥 マグマビューティーシェイブ 相澤 4/19 (水) 15:00~16:00 🔥 マグマファイト ヨシ 4/26 (水) 15:00~16:00 🔥 マグマファイト ヨシ | | | | | | | 9:00 |
| 10:00 | | | | | | | マグマde ビューティケア 9:30~10:30 kaori | 10:00 |
| 11:00 | マグマヨーガ 骨盤調整 10:30~11:30 kimie | マグマヨーガ デトックス 10:30~11:30 美香 | マグマピラティス 10:30~11:30 MIHO | マグマストレッチ ベーシック 10:30~11:30 MINAKO | マグマヨーガ リラックス 10:30~11:30 KYOCO | | マグマピラティス 11:00~12:00 MINAKO | 11:00 |
| 12:00 | イベント 溶岩浴タイム 12:00~12:50 (含休憩) | イベント 溶岩浴タイム 12:00~12:50 (含休憩) | イベント 溶岩浴タイム 12:00~12:50 (含休憩) | イベント 溶岩浴タイム 12:00~12:50 (含休憩) | イベント 溶岩浴タイム 12:00~12:50 (含休憩) | イベント 溶岩浴タイム 12:00~12:50 (含休憩) | | 12:00 |
| 13:00 | | | | | | | マグマヨーガ 美脚 13:00~14:00 KYOCO | 13:00 |
| 14:00 | マグマ セラピーボール 13:30~14:30 相澤 | マグマストレッチ ベーシック 13:30~14:30 中村 | マグマヨーガ ヒーリングデトックス 14:00~15:00 MARI | マグマヨーガ 骨盤調整 13:30~14:30 chiri | マグマヨーガ 骨盤調整 13:30~14:30 美香 | | | 14:00 |
| 15:00 | | | | | | | マグマ ファイト 14:30~15:30 TETSUYA | 15:00 |
| 16:00 | | | | イベント 溶岩浴タイム 16:00~16:50 (含休憩) | イベント 溶岩浴タイム 16:00~16:50 (含休憩) | マグマ リズムシェイブ 15:30~16:30 MADOKA | マグマヨーガ ヒーリングデトックス 16:00~17:00 maco | 16:00 |
| 17:00 | イベント 溶岩浴タイム 16:30~17:20 (含休憩) | イベント 溶岩浴タイム 16:30~17:20 (含休憩) | | | | | | 17:00 |
| 18:00 | | | | | | マグマヨーガ デトックス 17:30~18:30 chiri | マグマ セラピーボール 17:30~18:30 三浦 | 18:00 |
| 19:00 | マグマヨーガ 骨盤調整 19:00~20:00 maco | マグマヨーガ パワーエナジー 19:00~20:00 horiemie | マグマストレッチ ベーシック 19:00~20:00 saori | | マグマヨーガ ヒーリングデトックス 19:30~20:30 saori | イベント 溶岩浴タイム 19:00~19:50 (含休憩) | | 19:00 |
| 20:00 | | | | | | | | 20:00 |
| 21:00 | マグマヨーガ デトックス 20:30~21:30 Soung Emi | イベント 溶岩浴タイム 20:30~21:20 (含休憩) | イベント 溶岩浴タイム 20:30~21:20 (含休憩) | | | | | 21:00 |

【プログラムご利用案内】

- ◇担当インストラクターが男性の場合もございますので、予めご了承くださいませ。
- ◇スケジュールは都合により、代行もしくは変更となる場合がございます。
- ◇溶岩浴タイムはインストラクターはつきません。ご利用方法は通常レッスンと同様です。
- ◇・・・4月からの変更箇所になります。

【スタジオご利用案内】

- ◇他のお客様の場所取りはご遠慮ください。
- ◇ドリンクの持ち込みはペットボトル等のフタ付きの物をお願い致します。

【ご予約】

マグマスタジオ 予約カウンター
TEL 03-3446-6305

営業時間 火~土 10:00~22:00
日・祝 9:00~20:00