



マグマスタジオでのレッスンを初めての方やしばらく運動をされていなかった方におすすめのクラスです。



ダイエットを目的とされている方におすすめのクラスです。

2018年5月 マグマスタジオスケジュール

5/3(木)、4(金)、5(土)の祝日は、後日別紙及びHPにてお知らせいたします。

	月	火	水	木	金	土	日	
9:00								9:00
10:00							マグマde ビューティケア 10:00~11:00 kaori	10:00
11:00		マグマde ビューティケア 10:30~11:30 kimie	マグマヨーガ リラックス 10:30~11:30 美香	マグマピラティス 10:30~11:30 MIHO	マグマde ビューティケア 10:30~11:30 MINAKO	マグマヨーガ リラックス 10:30~11:30 KYOCO		11:00
12:00		溶岩浴タイム 12:00~12:50 (含休憩)	溶岩浴タイム 12:00~12:50 (含休憩)	溶岩浴タイム 12:00~12:50 (含休憩)	溶岩浴タイム 12:00~12:50 (含休憩)	マグマピラティス 12:00~13:00 MINAKO	マグマピラティス 11:30~12:30 kaori	12:00
13:00		マグマヨーガ ベーシック 13:30~14:30 yurika	マグマピラティス 13:30~14:30 中村 なおこ	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 13:30~14:30 yurika	マグマヨーガ ベーシック 13:30~14:30 Chiri	マグマヨーガ 骨盤調整 13:30~14:30 美香	マグマヨーガ 骨盤調整 13:00~14:00 KYOCO	13:00
14:00							溶岩浴タイム 14:30~15:20 (含休憩)	14:00
15:00		溶岩浴タイム 15:00~15:50 (含休憩)	マグマストレッチ ベーシック 15:00~16:00 中村 なおこ	溶岩浴タイム 15:00~15:50 (含休憩)	マグマヨーガ デトックス 15:00~16:00 Chiri	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 15:30~16:30 EMIJAY		15:00
16:00		溶岩浴タイム 16:30~17:20 (含休憩)	溶岩浴タイム 16:30~17:20 (含休憩)		溶岩浴タイム 16:30~17:20 (含休憩)		マグマヨーガ デトックス 16:00~17:00 Rui	16:00
17:00				溶岩浴タイム 17:00~17:50 (含休憩)		マグマde ビューティケア 17:00~18:00 Chiri		17:00
18:00		溶岩浴タイム 18:00~18:50 (含休憩)			溶岩浴タイム 18:00~18:50 (含休憩)		マグマ セラピーボール 17:30~18:30 三浦 真紀	18:00
19:00			マグマヨーガ 骨盤調整 19:00~20:00 horiemi	マグマヨーガ デトックス 19:00~20:00 saori		溶岩浴タイム 18:30~19:20 (含休憩)		19:00
20:00		マグマヨーガ ヒーリングデトックス 19:30~20:30 maco			マグマヨーガ ヒーリングデトックス 19:30~20:30 saori	溶岩浴タイム 20:00~20:50 (含休憩)		20:00
21:00			マグマヨーガ リラックス 20:30~21:30 horiemi	マグマヨーガ ベーシック 20:30~21:30 Rui				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同様です。
- ◇・・・5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でお願い致します。

【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
休館日 毎週月曜日(祝日の場合、営業)