

| DAY TIME | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat | Sun | DAY TIME |
|----------|--|--|---|---|---|--|---|----------|
| 7:00 | | | | | | | | 7:00 |
| 8:00 | マグマヨーガ ヒーリングデトックス 8:00~9:00 ERICA | マグマde ビューティーケア 8:00~9:00 平田 | マグマストレッチ ベーシック 8:00~9:00 CAPPY | マグマヨーガ パワーエナジー 8:00~9:00 Emika | マグマヨーガ ヒーリングデトックス 8:00~9:00 CAPPY | マグマセラピー ボール 8:00~9:00 ERICA | マグマ リラクゼーション 8:00~9:00 MIDORI | 8:00 |
| 9:00 | | 定員13名 | | | | | 定員13名 | 9:00 |
| 10:00 | マグマラテン シェイプ 9:30~10:30 橋本 知子 | マグマストレッチ マッスルトレーニング 9:30~10:30 CAPPY | マグマリズムシェイプ 9:30~10:30 CAPPY | マグマヨーガ ヒーリングデトックス 9:30~10:30 ふみな | Breathcize マグマダイエット 9:30~10:30 松本 | マグマヨーガ パワーエナジー 9:30~10:30 ERICA | マグマヨーガ ヒーリングデトックス 9:30~10:30 YUKA | 10:00 |
| 11:00 | マグマストレッチ ベーシック 11:00~12:00 橋本 知子 | マグマ美脚ヨーガ 11:00~12:00 MARI | マグマヨーガ MARIスペシャル 11:00~12:00 MARI | 美活部75 相澤オリジナル 11:00~12:15 相澤 | マグマde ビューティーケア 11:00~12:00 相澤 | マグマピラティス 11:00~12:00 HITOMI | マグマリズムシェイプ 11:00~12:00 MADOKA | 11:00 |
| 12:00 | | | | 定員12名 | 定員13名 | | | 12:00 |
| 13:00 | マグマビューティー シェイプ 13:00~14:00 相澤 | マグマヨーガ ヒーリングデトックス 13:00~14:00 YUKARI | マグマde ビューティーケア 13:00~14:00 相澤 | マグマストレッチ ベーシック 13:00~14:00 ERICA | マグマピラティス ボール 13:00~14:00 大山 | 美活部75 相澤オリジナル 12:45~14:00 相澤 | マグマヨーガ 骨盤調整 13:00~14:00 saori | 13:00 |
| 14:00 | | | 定員13名 | | | 定員12名 | | 14:00 |
| 15:00 | マグマde 美・筋膜ワークアウト KAZE 14:30~15:30 JURI | マグマヨーガ デトックス 14:30~15:30 NaNa | マグマde ステップdeマグマ 14:30~15:30 相澤 | マグマピラティス 大山スペシャル 14:30~15:30 大山 | マグマ リラクゼーション 14:30~15:30 大石 | マグマストレッチ フロウ 14:30~15:30 平田 | SA-KO-TSU マグマダイエット 14:30~15:30 NATSUKI | 15:00 |
| 16:00 | マグマ アナトミック骨盤ヨーガ 16:00~17:00 松葉 | マグマde ビューティーケア 16:00~17:00 NATSUKI | マグマピラティス 16:00~17:00 MIHO | マグマde ビューティーケア 16:00~17:00 kumiko | マグマ相澤スペシャル ダンスmix 16:00~17:00 相澤 | マグマヨーガ 骨盤調整 16:00~17:00 MARI | マグマヨーガ ヒーリングデトックス 16:00~17:00 阪本 | 16:00 |
| 17:00 | | 定員13名 | | 定員13名 | | | | 17:00 |
| 18:00 | ステップdeシェイプ CAPPYSPECIAL 17:30~18:30 CAPPY | 美Bodyシェイプ ~Booty Boom~ 17:30~18:30 ヨシ | | マグマヨーガ デトックス 17:30~18:30 itomari | | マグマボディスリム 17:30~18:30 TETSUYA | マグマリズムシェイプ 17:30~18:30 橋本 知子 | 18:00 |
| 19:00 | BBB マグマダイエット 19:00~20:00 平田 | マグマピラティス 19:00~20:00 SAYAKA | SA-KO-TSU マグマダイエット 19:00~20:00 NATSUKI | マグマヨーガ ヒーリングデトックス 19:00~20:00 WAKAKO | マグマファイト 19:00~20:00 TETSUYA | マグマde ビューティーケア 19:00~20:00 itomari | マグマストレッチ ベーシック 19:00~20:00 KANAE | 19:00 |
| 20:00 | | | | | | 定員13名 | | 20:00 |
| 21:00 | マグマストレッチ フロウ 20:30~21:30 平田 | マグマヨーガ パワーエナジー 20:30~21:30 SAYAKA | マグマde ビューティーケア 20:30~21:30 NATSUKI | マグマピラティス 20:30~21:30 平田 | マグマヨーガ ヒーリングデトックス 20:30~21:30 SAYAKA | マグマヨーガ ヒーリングデトックス 20:30~21:30 itomari | マグマヨーガ パワーエナジー 20:30~21:30 KANAE | 21:00 |
| 22:00 | マグマヨーガ ヒーリングデトックス 22:00~23:00 itomari | マグマセラピー ボール 22:00~23:00 itomari | マグマde美コア バランス 22:00~23:00 巢立 まゆ | マグマヨーガ 骨盤調整 22:00~23:00 saori | マグマde ビューティーケア 22:00~23:00 相澤 | | | 22:00 |

★ 初心者マーク：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。
★ 危険！マーク：マグマスタジオで行われるクラスの中で最も運動強度の高いプログラムです。

【ご予約】

Magma spastudio insea 広尾本店
〒106-0047
東京都港区南麻布5-15-9 Barbizon70 B1F
TEL 03-5789-0660
営業時間

月～金 7:45～23:30
土・日 7:45～22:00

ご予約開始 毎月25日

【プログラムご利用案内】

◇担当コンダ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。
◇スケジュールはコンダクターの都合により、代行もしくは変更となる場合がございます。

【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

★5月17日(水) 14:30~を最終レッスンとし、短縮営業日とさせていただきます。
★5月3日(水)、4日(木)、5日(金)は、祝日プログラムをご参照ください。

Facebook
【insea広尾本店】
イイね！をしてお得情報
GET♪



LINE
【insea広尾本店】
【insea広尾本店】
ID【@OYL7162J】
キャンセル楽チン♪



twitter
【マグマスパスタジオinsea】
フォローして予約状況をチェック♪

