

DAY TIME	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	DAY TIME
7:00								7:00
8:00	担当者・内容変更 マグマボディケア スペシャル 8:00~9:00 相澤	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	週替わり 8:00~9:00 お楽しみに!	
9:00	定員13名 マグマヨーガ パワーエナジー 9:30~10:30 高橋 泉	定員13名 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	内容変更 Sintex tone&beauty 9:30~10:30 MIDORI <b>NEW</b>	
10:00	担当者・内容変更 マグマde 美コアバランス 11:00~12:00 巢立 まゆ	マグマピラティス 11:00~12:00 MIHO	美スタイル ヴィンヤサヨガ 11:00~12:00 MARI	Sintex tone&cardio 11:00~12:00 KOTOMI	マグマ de ビューティーケア 11:00~12:00 相澤	マグマde 美コアデトックス 11:00~12:00 SAYO	マグマ リズムシェイプ 11:00~12:00 MADOKA	
12:00	担当者・内容変更 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 定員13名	マグマ de 美コアバランス 13:00~14:00 S. NANA	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 定員12名	マグマヨーガ 骨盤調整 13:00~14:00 saori	
13:00	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 14:30~15:30 IZUMI	マグマ de 美コアシェイプ 14:30~15:30 山口 絵里加	マグマリズムシェイプ 相澤スペシャル 14:30~15:30 相澤 内容変更	マグマピラティス 大山スペシャル 14:30~15:30 大山 担当者・内容変更	マグマ リラクゼーション 14:30~15:30 大石 定員13名	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	
14:00	マグマアナトミック 骨盤ヨーガ 16:00~17:00 松葉	マグマヨーガ デトックス 16:00~17:00 ふみな 担当者・内容変更	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 定員13名	body Art@ Training 16:00~17:00 松澤 <b>NEW</b>	マグマヨーガ 骨盤調整 16:00~17:00 MARI	マグマ de ビューティーケア 16:00~17:00 chiri 定員13名	
15:00	<b>NEW</b> マグマ de Boot CAMP 17:30~18:30 CAPPY 定員14名	美Bodyシェイプ ~Booty Boom~ 17:30~18:30 ヨシ 定員14名	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 17:30~18:30 itomari	マグマ de 美コアシェイプ 17:30~18:30 山口 絵里加 担当者変更	マグマボディスリム 17:30~18:30 TETSUYA 定員14名	マグマ de 美コアシェイプ 17:30~18:30 SAYO 担当者・内容変更		
16:00	マグマセラピー ボール 19:00~20:00 由香	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 ルーシーダットン 19:00~20:00 由香	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 定員13名	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 19:00~20:00 Mayuko	
17:00	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 定員13名	ステップ de シェイプ 20:30~21:30 由香 定員14名	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 Mayuko	
18:00	マグマヨーガ 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 美コアデトックス 22:00~23:00 SAYO	マグマヨーガ 骨盤調整 22:00~23:00 saori	週替わり 22:00~23:00 お楽しみに! 内容変更			

★ 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

Facebook  
【insea広尾本店】  
イイね！をしてお得情報  
GET♪

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

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♪

【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。

★メンテナンスの為、1月17日(水)は、14:30～のレッスンは最終となります。

【最終退館時間 16:00】

