

チェックインは、レッスン開始時間の5分前までとなります。以降は受講いただけませんのでご了承ください。

DAY	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	DAY
8:00	マグマストレッチ ビューティーアップ 8:00~9:00 Kana相澤	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 8:00~9:00 三浦 真紀	マグマストレッチフロウ 8:00~9:00 井田 英恵	マグマヨーガ 骨盤調整 8:00~9:00 momoe	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 8:00~9:00 CAPPY	マグマヨーガ デトックス 8:00~9:00 村田 智代美	マグマピラティス 8:00~9:00 井田 英恵	8:00
9:00	定員15名							9:00
10:00	マグマボディスリム 9:30~10:30 KOKA	マグマボディケア スペシャル 9:30~10:30 YUKA	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 9:30~10:30 CAPPY	マグマヨーガ パワーエナジー 9:30~10:30 ふみな	マグマ トータルボディシェイプ 9:30~10:30 由香	マグマヨーガ ベーシックプラス 9:30~10:30 KAZU	マグマストレッチフロウ 9:30~10:30 井田 英恵	10:00
11:00	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 11:00~12:00 高橋 泉	マグマヨーガ 骨盤調整 11:00~12:00 AKIKO	マグマヨーガ アドバンスクラス 11:00~12:10 MARI	マグマ ステップdeシェイプ 11:00~12:00 山田 カリン	マグマde ビューティーケア 11:00~12:00 Kana相澤	マグマde ビューティーケア 11:00~12:00 井田 英恵	マグマリズムシェイプ 11:00~12:00 MADOKA	11:00
12:00	3月限定SP			定員15名	定員15名	定員15名		12:00
13:00	ビューティー ヒップアップヨガ 12:30~13:30 三浦 真紀	マグマファイブ 12:30~13:30 MADOKA	マグマde ビューティーケア 12:30~13:30 SARA	マグマボディケア スペシャル 12:30~13:30 MARI	マグマピラティス ホール 12:30~13:30 大山	美活部 75 相澤オリジナル 12:20~13:35 Kana相澤	マグマde ビューティーケア 12:30~13:30 RUI	13:00
14:00	ピラティスボール 14:00~15:00 村田 智代美	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 14:00~15:00 YUKARI	マグマ トータルボディシェイプ 14:00~15:00 Kana相澤	マグマピラティス 大山スペシャル 14:00~15:00 大山	マグマヨーガ 骨盤調整 14:00~15:00 AKIKO	HYPER CORE 14:00~15:00 Meg	マグマヨーガ 骨盤調整 14:00~15:00 Yuumi	14:00
15:00		3月限定SP		3月限定SP			3月限定SP	15:00
16:00	マグマヨーガ ベーシックプラス 15:30~16:30 平田	ロミボール® 15:30~16:30 hiroko	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 15:30~16:30 Mayu	リンパdeエーゼンクア yoga 15:30~16:30 KYOCO	マグマボディスリム 15:30~16:30 TAKAKO	マグマヨーガ 骨盤調整 15:30~16:30 MARI	カラダめぐり yoga 15:30~16:30 Chizucco	16:00
17:00						マグマボディスリム 17:00~18:00 TETSUYA	マグマ ステップdeシェイプ 17:00~18:00 SARA	17:00
18:00					マグマde ビューティーケア 18:00~19:00 平田	定員15名	定員15名	18:00
19:00	マグマ トータルボディシェイプ 18:30~19:30 由香	マグマde 美ボディシェイプ ~Booty Boom~ 18:30~19:30 ヨシ	ヨガBOU 18:30~19:30 お楽しみに	マグマボディスリム 18:30~19:30 由香	定員15名	マグマde ビューティーケア 18:30~19:30 marina	マグマリズムシェイプ 18:30~19:30 ARENA	19:00
20:00	マグマウェープリング ~コンディショニング~ 20:00~21:00 由香	内容交替り 20:00~21:00 ヨシ	マグマヨーガ 骨盤調整 20:00~21:00 ARENA	マグマヨーガ ルンジーダットン 20:00~21:00 由香	マグマファイブ 19:30~20:30 ARENA	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 20:00~21:00 marina	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 20:00~21:00 ARENA	20:00
21:00		内容変更			マグマヨーガ ヒーリングデトックス 21:00~22:00 ARENA			21:00
22:00		マグマヨーガデトックス 21:30~22:30 itomari	マグマde ビューティーケア 21:30~22:30 井田 英恵	定員15名	マグマde ビューティーケア 21:30~22:30 詩帆			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。



燃焼マーク: マグマスタジオで行われる燃焼系レッスンの中でも、より運動強度の高いプログラムです。

### 【ご利用案内】

- ◇通常の定員数は16名とさせていただきます。
- ◇翌月分の予約開始日は毎月25日です。
- ◇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。
- ◇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。
- ◇予約の変更・キャンセルは必ずレッスン開始の2時間前までをお願いいたします。
- ⇒キャンセル・変更に関する詳細はinseaHPをご確認ください。

★3月5日(金)、17日(水)は休館日とさせていただきます。

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(入館~退館時間)  
月・日・土 7:45~21:30  
火・水・木 7:45~23:00  
金 7:45~22:30

Facebook

【insea広尾本店】  
ID: @OYL7162J  
イイね！ までお帰情報GET♪  
キャンセル案デジ♪



LINE

【insea広尾本店】  
ID: @OYL7162J  
キャンセル案デジ♪



twitter

【マグマスタジオinsea】  
予約状況をチェック♪



instagram

【insea広尾@マグマスタジオ】  
お帰情報配信中♪

