

DAY TIME	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	DAY TIME
7:00								7:00
8:00	マグマセラピー ボール 8:00~9:00 CAPPY	マグマピラティス 8:00~9:00 MIHO	マグマストレッチ ベーシック 8:00~9:00 井田 英恵	マグマヨガ 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 KYOCO	マグマヨガ パワーエナジー 8:00~9:00 YUKARI	マグマBodyケア スペシャル 8:00~9:00 ERICA	8:00
9:00	マグマヨガ パワーエナジー 9:30~10:30 CAPPY	マグマ de ビューティーケア 9:30~10:30 YUKARI	マグマセラピーボール 9:30~10:30 saori	マグマピラティス 9:30~10:30 ERICA	マグマ de美コア シェイプ 9:30~10:30 山口 絵里加	ステップdeシェイプ 9:30~10:30 MINAKO	マグマヨガ パワーエナジー 9:30~10:30 Yumiko	9:00
10:00								10:00
11:00	★美コア★ ★スペシャルクラス★ 11:00~12:00 山口 絵里加	ステップdeマグマ 11:00~12:00 YUKARI	マグマヨガ パワーエナジー 11:00~12:00 SHIMA	マグマボディスリム 11:00~12:00 由香	マグマヨガ 骨盤調整 11:00~12:00 AKIKO	マグマリズムシェイプ 11:00~12:00 MADOKA	マグマヨガ ヒーリングデトックス 11:00~12:00 KYOCO	11:00
12:00								12:00
13:00	BBBマグマダイエット 13:00~14:00 NATSUKI	マグマヨガ ルーシーダットン 13:00~14:00 由香	ステップdeシェイプ 13:00~14:00 MINAKO	マグマヨガ パワーエナジー 13:00~14:00 TOMO	アナトミック骨盤ヨガ 13:00~14:00 松葉	マグマヨガ パワーエナジー 12:30~13:30 SAYAKA	マグマ ファイト 13:00~14:00 MADOKA	13:00
14:00	マグマヨガ パワーエナジー 14:30~15:30 KANAE	マグマ de美コア シェイプ 14:30~15:30 山口 絵里加	マグマ de ビューティーケア 14:30~15:30 MINAKO	マグマピラティス 14:30~15:30 小野里	マグマ リラクゼーション 14:30~15:30 土師 恵	マグマピラティス 14:00~15:00 小川	マグマ リラクゼーション 14:30~15:30 ERICA	14:00
15:00								15:00
16:00	マグマピラティス ボール 16:00~17:00 大山	マグマBodyケア スペシャル 16:00~17:00 SHIMA	マグマ美脚ヨガ 16:00~17:00 三浦 真紀	マグマリズムシェイプ 16:00~17:00 CAPPY	マグマヨガ ヒーリングデトックス 16:00~17:00 土師 恵	マグマビューティー シェイプ 15:30~16:30 相澤	マグマボディスリム 16:00~17:00 kaori	16:00
17:00		内容変更						17:00
18:00	マグマストレッチ ベーシック 17:30~18:30 MISUZU	Breathoize マグマダイエット 17:30~18:30 松本 昌子	美ボディshape ~Booty Boom~ 17:30~18:30 ヨシ	マグマストレッチ ベーシック 17:30~18:30 CAPPY	マグマヨガ パワーエナジー 17:30~18:30 Yumiko	マグマストレッチ ベーシック 17:00~18:00 橋本	マグマピラティス 17:30~18:30 IZUMI	18:00
19:00	マグマ ファイト 19:00~20:00 ヨシ	マグマヨガ パワーエナジー 19:00~20:00 saori	SA-KO-TSU マグマダイエット 19:00~20:00 相澤	マグマBodyケア スペシャル 19:00~20:00 MARI	マグマヨガ 骨盤調整 19:00~20:00 MARI	マグマ de美コア デトックス 18:30~19:30 YUKIKO	マグマストレッチ ベーシック 19:00~20:00 IZUMI	19:00
20:00	マグマ de美コア デトックス 20:30~21:30 AKIE	マグマ de美コア バランス 20:30~21:30 YUKIKO	マグマヨガ パワーエナジー 20:30~21:30 mayuko	マグマピラティス 20:30~21:30 SAYAKA	マグマストレッチ フロウ 20:30~21:30 MARI	週替わりLESSON 20:00~21:00	マグマヨガ パワーエナジー 20:30~21:30 Yumiko	20:00
21:00								21:00
22:00	マグマヨガ パワーエナジー 22:00~23:00 JUNKO	マグマヨガ ヒーリングデトックス 22:00~23:00 mayuko	マグマヨガ リラックス 22:00~23:00 horiemi	マグマヨガ ヒーリングデトックス 22:00~23:00 SAYAKA	マグマ リラクゼーション 22:00~23:00 mamiko	マグマヨガ ヒーリングデトックス 21:30~22:30 土師 恵	マグマセラピー ボール 22:00~23:00 SAYAKA	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。  
 🔥 燃焼マーク：ダイエットを目的とされている方へお勧めのクラスです。

【ご予約】  
 Magma spastudio insea 麻布十番店  
 〒106-0045  
 東京都港区麻布十番2-20-7 AZABUMARTO2F  
 TEL 03-5419-6064  
 営業時間 月火水木金日 7:45~23:30  
 土 7:45~23:00  
 ご予約開始 毎月25日  
 メンテナンス日 第3火曜日

Facebook  
 【insea麻布十番店】  
 イイね！をしてお得情報GET♪

LINE  
 【insea麻布十番店】  
 ID 【@UYD8879】  
 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♪



【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。

☆8/9(水)・・・メンテナンスの為、休館日となります  
 ☆8/11(金)・・・祝日プログラムの別紙を参照ください。  
 ☆8/15(火)・・・メンテナンスの為、短縮営業となります【8:00~14:30まで営業】