

| DAY | 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 KYOCO | マグマヨーガ 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 | マグマヨーガ 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 | マグマストレッチ ベーシック 9:30~10:30 井田 英恵 | | 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 | マグマヨーガ 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 | マグマヨーガ 骨盤調整 11:00~12:00 AKIKO | マグマリズムシェイプ 11:00~12:00 MADOKA | マグマヨーガ ヒーリングデトックス 11:00~12:00 KYOCO | | 11:00 |
| 12:00 | | | | | | | | | 12:00 |
| 13:00 | SA-KO-TSU マグマダイエット 13:00~14:00 Maki | マグマヨーガ ルーシーダットン 13:00~14:00 由香 | BBBマグマダイエット 13:00~14:00 NATSUKI | ステップdeシェイプ 13:00~14:00 NATSUKI | アナトミック骨盤ヨーガ 13:00~14:00 松葉 | マグマヨーガ 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 | | | | | | | | | 14:00 |
| 15:00 | マグマヨーガ パワーエナジー 14:30~15:30 KANAE | マグマヨーガ 骨盤調整 14:30~15:30 NaNa | マグマ de ビューティーケア 14:30~15:30 NATSUKI | 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 | | 15:00 |
| 16:00 | マグマピラティス ボール 16:00~17:00 大山 | マグマ de ビューティーケア 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 | マグマヨーガ 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 | | | | | | | | | 17:00 |
| 18:00 | マグマストレッチ ベーシック 17:30~18:30 MISUZU | Breathcize 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 | マグマピラティス 17:30~18:30 中村 なおこ | 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 | マグマヨーガ パワーエナジー 19:00~20:00 saori | マグマビューティー シェイプ 19:00~20:00 相澤 | マグマBodyケア スペシャル 19:00~20:00 MARI | マグマヨーガ 骨盤調整 19:00~20:00 MARI | マグマde美コア シェイプ 18:30~19:30 SAYO | マグマストレッチ ベーシック 19:00~20:00 IZUMI | | 19:00 |
| 20:00 | | | | | | | | | 20:00 |
| 21:00 | マグマde美コア デトックス 20:30~21:30 AKIE | マグマde美コア シェイプ 20:30~21:30 巢立まゆ | マグマヨーガ 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 | マグマヨーガ 骨盤調整 20:00~21:00 yuumi | マグマヨーガ パワーエナジー 20:30~21:30 Yumiko | | 21:00 |
| 22:00 | マグマストレッチ ベーシック 22:00~23:00 井田 英恵 | マグマヨーガ ヒーリングデトックス 22:00~23:00 土師 恵 | マグマセラピー ボール 22:00~23:00 SAYAKA | マグマヨーガ 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 | マグマヨーガ 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。

Magma spastudio insea 麻布十番店
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

【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をお願い致します。

★2/11(日)・2/12(月)・・・祝日プログラムの別紙を参照ください

★2/13(火)・・・メンテナンスの為、臨時営業となります【17:30~22:00まで営業】

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 】



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♪

