

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 | 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 | マグマピラティス 8:00~9:00 小川 | 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 | マグマボディケア スペシャル 8:00~9:00 ERICA | 8:00 | |
| 9:00 | | | | | 定員16名 | | | 9:00 | |
| 10:00 | 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 | マグマ 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 | 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 | マグマ ステップdeシェイプ 13:00~14:00 NATSUKI | マグマ アナムミック骨盤ヨーガ 13:00~14:00 松葉 | マグマ de ビューティーケア 12:30~13:30 NATSUKI | マグマ ファイト 13:00~14:00 MADOKA | 13:00 | |
| 14:00 | | | | | | マグマピラティス 14:00~15:00 小川 | | 14:00 | |
| 15:00 | マグマヨーガ パワーエナジー 14:30~15:30 KANAE | マグマピラティス 14:30~15:30 中村 なおこ | 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 ストレッチフロウ 14:30~15:30 MARI | | 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 | マグマ美脚ヨーガ 16:00~17:00 三浦 真紀 | マグマストレッチ ベーシック 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 | | 定員16名 | | | | マグマストレッチ ベーシック 17:00~18:00 橋本 知子 | | 17:00 | |
| 18:00 | マグマストレッチ ベーシック 17:30~18:30 MISUZU | 呼吸 de マグマダイエット 17:30~18:30 松本 昌子 | マグマ de 美ボディシェイプ ~Booty Boom~ 17:30~18:30 ヨシ | マグマリズムシェイプ 17:30~18:30 CAPPY | マグマ リラクゼーション 17:30~18:30 土師 恵 | | 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 | マグマボディケア スペシャル 19:00~20:00 MARI | マグマ美脚ヨーガ 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 Mayuko | 19:00 | |
| 20:00 | | | | | | マグマヨーガ 骨盤調整 20:00~21:00 Yuumi | | 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 SAYO | 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 | マグマヨーガ パワーエナジー 20:30~21:30 Yui | | マグマヨーガ パワーエナジー 20:30~21:30 Mayuko | 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 リラクゼーション 22:00~23:00 ASAMI | 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づら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。

【ご利用案内】

- ◇通常の定員数は18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。
- ◇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。

Magma spastudio insea 麻布十番店
〒106-0047
東京都港区麻布十番2-20-7 AZABUMARTO 2F
TEL 03-5419-6064
■営業時間(入館~退館時間)
月~金・日 7:45~23:30
土 7:45~23:00

Facebook
【insea麻布十番店】
イね! までお得情報GET♪

LINE
【insea麻布十番店】
ID【@UYD88791】
キャンセル率テン♪

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♪

instagram
【insea_azabu】

★5月15日(火)はメンテナンス短縮日の為、17:30~のレッスンより営業いたします。
★5月3日(木)・4日(金)・5日(土)は祝日プログラムとなりますので、別紙をご参照ください。

