

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。

TIME	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 小川	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 8:00~9:00 RUI	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	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 8:00~9:00 Yui		8:00
9:00					担当者変更	定員16名		担当者・内容変更		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 定員16名	マグマセラピーボール 9:30~10:30 saori	マグマヨーガ パワーエナジー 9:30~10:30 YUKA 担当者・内容変更	マグマ de美コア シェイプ~上級~ 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 骨盤調整 11:00~12:00 KYOCO 内容変更		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 定員16名	マグマファイブ 13:00~14:00 MADOKA		13:00
14:00										14:00
15:00		マグマヨーガ ヒーリングデトックス 14:30~15:30 KANAE	マグマヨーガ パワーエナジー 14:30~15:30 NaNa	マグマ de ビューティーケア 14:30~15:30 NATSUKI 定員16名	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 ストレッチフロウ 14:00~15:00 Maki 担当者・内容変更	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 定員16名	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										17:00
18:00		マグマストレッチ ベーシック 17:30~18:30 MISUZU	マグマファイブ 17:30~18:30 akino	マグマ ストレッチフロウ 17:30~18:30 相澤 担当者・内容変更	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 ストレッチ 17:00~18:00 橋本 知子	マグマヨーガ ベーシック 17:30~18:30 MIKU		18:00
19:00		マグマファイブ 19:00~20:00 ヨシ	マグマヨーガ 骨盤調整 19:00~20:00 saori	マグマ ビューティーシェイプ 19:00~20:00 相澤	マグマ美脚ヨーガ 19:00~20:00 MARI	マグマボディケア スペシャル 19:00~20:00 MARI	マグマ de美コア 週替わり 18:30~19:30 Nagoshi Seiko	マグマストレッチ ベーシック 19:00~20:00 Mayuko		19:00
20:00										20:00
21:00		マグマ ステップdeシェイプ 20:30~21:30 山田カリン 担当者・内容変更	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 20:30~21:30 saori 担当者変更	マグマヨーガ パワーエナジー 20:30~21:30 Mayuko	マグマ de ビューティーケア 20:30~21:30 KYOCO 定員16名	マグマヨーガ パワーエナジー 20:30~21:30 Yui	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 Mayuko		21:00
22:00		マグマヨーガ デトックス 22:00~23:00 MIKU	マグマストレッチ ベーシック 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 KYOCO	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 22:00~23:00 Yui 担当者・内容変更	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 ステップdeシェイプ 22:00~23:00 maaya		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。

### 【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】  
LINE 【insea麻布十番店】 ID: @UYD8879J  
twitter 【マグマスタジオinsea】  
instagram 【insea\_azabu】



★10月16日(火)はメンテナンス短縮日の為、17:30~レッスン開始になります。