

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	マグマストレッチ ベーシック 8:00~9:00 MISUZU		マグマde ビューティーケア 8:00~9:00 Kana相澤	マグマストレッチビュー ティ Kumikoスペシャル 8:00~9:00 Kumiko	マグマボディケア スペシャル 8:00~9:00 KYOCO	マグマヨーガ ベーシックプラス 8:00~9:00 YUKARI	マグマセラピーボール 8:00~9:00 三浦 真紀		8:00
9:00									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	SA-KO-TSU マグマダイエット 9:30~10:30 Maki	マグマ ストレッチフロウ 9:30~10:30 YUKA	マグマde美コア サーキットシェイプ ~お腹~ 9:30~10:30 minor	マグマ ステップdeシェイプ 9:30~10:30 YUKARI	マグマ美脚ヨーガ 9:30~10:30 三浦 真紀		10:00
11:00	マッスルトレーニング 11:00~12:00 CAPPY	マグマボディスリム 11:00~12:00 YUKARI	マグマヨーガ パワーエナジー 11:00~12:00 SHIMA	マグマファイト 11:00~12:00 ARENA	マグマヨーガ 骨盤調整 11:00~12:00 AKIKO	内容変更	マグマ トータルボディシェイプ 11:00~12:00 Maki		11:00
12:00				内容変更		12月SPECIAL			12:00
13:00	SA-KO-TSU マグマダイエット 13:00~14:00 Maki	12月SPECIAL マグマ ステップdeコア 13:00~14:00 山田 カリン	12月SPECIAL マグマ トータルボディシェイプ 13:00~14:00 山田 カリン	12月SPECIAL マグマ ビューティースペシャル 13:00~14:00 Kana相澤	12月SPECIAL マグマ アトミック骨盤ヨーガ 13:00~14:00 松葉	12月SPECIAL 美BODYコアヨガ 12:30~13:30 EMUJAY	12月SPECIAL マグマストレッチ ベーシック 13:00~14:00 村田 智代美		13:00
14:00		内容変更	内容変更	内容変更	12月SPECIAL	12月SPECIAL マグマボディスリム 14:00~15:00 Maki			14:00
15:00	マグマヨーガ ヒーリングテックス 14:30~15:30 AKIKO	12月SPECIAL 週替り 14:30~15:30 お楽しみに 担当者・内容変更	12月SPECIAL マグマde ビューティーケア 14:30~15:30 三浦 真紀	12月SPECIAL マグマピラティス 14:30~15:30 小野里	12月SPECIAL スタイルアップ ピラティス 14:30~15:30 村田 智代美		12月SPECIAL マグマヨーガ 骨盤調整 14:30~15:30 marina		15:00
16:00	12月SPECIAL マグマピラティス ボール 16:00~17:00 大山	12月SPECIAL マグマde ビューティーケア 16:00~17:00 kaori	12月SPECIAL スリムアップヨガ 16:00~17:00 三浦 真紀	12月SPECIAL マグマストレッチ ベーシック 16:00~17:00 CAPPY	12月SPECIAL マグマヨーガ ヒーリングテックス 16:00~17:00 YUKA	12月SPECIAL マグマde ビューティーケア 15:30~16:30 Kana相澤	12月SPECIAL マグマボディスリム 16:00~17:00 kaori		16:00
17:00			内容変更				12月SPECIAL マグマピラティス 大山スペシャル 17:00~18:00 大山		17:00
18:00	12月SPECIAL 美ボディシェイプ ~Booty Boom~ 17:30~18:30 ヨシ	12月SPECIAL マグマ ステップdeシェイプ 17:30~18:30 Maki					12月SPECIAL マグマヨーガ ヒーリングテックス 17:30~18:30 MIKU		18:00
19:00	12月SPECIAL マグマファイト 19:00~20:00 ヨシ	12月SPECIAL マグマヨーガ 骨盤調整 19:00~20:00 saori	12月SPECIAL マグマ ビューティースペシャル 19:00~20:00 Kana相澤	12月SPECIAL BBBマグマダイエット 19:00~20:00 詩帆	12月SPECIAL 腸活テックス ヨーガ 19:00~20:00 MARI	12月SPECIAL HYPER CORE 18:30~19:30 Meg	12月SPECIAL マグマヨーガ 骨盤調整 19:00~20:00 Mayuko		19:00
20:00		12月SPECIAL			内容変更		12月SPECIAL マグマヨーガ 骨盤調整 20:00~21:00 Yuumi		20:00
21:00	12月SPECIAL マグマ ステップdeシェイプ 20:30~21:30 山田 カリン	12月SPECIAL お休み前リセット ヨガ 20:30~21:30 saori	12月SPECIAL マグマヨーガ ベーシックプラス 20:30~21:30 Mayuko	12月SPECIAL マグマボディケア スペシャル 20:30~21:30 KYOCO	12月SPECIAL マグマヨーガ ヒーリングテックス 20:30~21:30 marina		12月SPECIAL マグマde ビューティーケア 20:30~21:30 井田 英恵		21:00
22:00	12月SPECIAL マグマde ビューティーケア 22:00~23:00 井田 英恵			12月SPECIAL 二の腕スッキリ yoga 22:00~23:00 KYOCO			12月SPECIAL マグマde ビューティーケア 21:30~22:30 お楽しみに 担当者変更		22:00

🌿 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。

★12月2日(水)★12月15日(火)はメンテナンスのため、終日休館日とさせていただきます。

Magma spastudio insea 麻布十番店
〒106-0045
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! 暮らしとお情報GET♪



LINE
【insea麻布十番店】
ID【@UYD88791】
キャンセル表明



twitter
【マグマスタジオinsea】
フォローして予約状況をチェック♪



instagram
【insea_azabu】

