

DAY TIME	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	DAY TIME
6:30								6:30
7:00								7:00
8:00	マग्マde ビューティーケア 8:00~9:00 相澤 定員18名	マグマボディケア スペシャル 8:00~9:00 ERICA 定員18名	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 8:00~9:00 平田	マグマヨーガ 骨盤調整 8:00~9:00 AKANE	マグマストレッチ フロウ 8:00~9:00 平田	ステップdeシェイブ 8:00~9:00 MINAKO 定員18名	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 8:00~9:00 平田	8:00
9:00	マグマリズムシェイブ 9:30~10:30 kumiko	マグマde ビューティーケア 9:30~10:30 KYOCO 定員18名	マグマストレッチ kumikoスペシャル 9:30~10:30 kumiko	美活部75 CAPPYSPECIAL 9:15~10:30 CAPPY 定員16名	マグマピラティス 大山スペシャル 9:30~10:30 大山	マグマde ビューティーケア 9:30~10:30 相澤 定員18名	マグマ美脚ヨガ 9:30~10:30 MARI	9:00
10:00								10:00
11:00	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 11:00~12:00 ERICA	マグマピラティス 11:00~12:00 MIHO	SA-KO-TSU マグマダイエット 11:00~12:00 相澤	マグマストレッチ ベーシック 11:00~12:00 KANAE	マグマヨーガ パワーエナジー 11:00~12:00 FUKI	マグマビューティー シェイブ 11:00~12:00 相澤	マグマストレッチ フロウ 11:00~12:00 ERICA	11:00
12:00								12:00
13:00	マグマストレッチ ベーシック 13:00~14:00 CAPPY	マグマde ハワイアンシェイブ 13:00~14:00 kimie	担当者・内容変更	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 13:00~14:00 お楽しみに!	マグマde ビューティーケア 13:00~14:00 相澤 定員18名	マグマボディケア スペシャル 13:00~14:00 YUKA 定員18名	ステップdeシェイブ 13:00~14:00 kaori 定員18名	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 CHIEKO	マグマストレッチ フロウ 14:30~15:30 YUKA	マグマヨーガ デトックス 14:30~15:30 chiri	マグマファイ 14:30~15:30 茂呂	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 14:30~15:30 KANAE	SA-KO-TSU マグマダイエット 14:30~15:30 NATSUKI	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 14:30~15:30 SHIMA	15:00
16:00								16:00
17:00	マグマ リラクゼーション 16:00~17:00 大石 定員18名	マグマ リラクゼーション 16:00~17:00 NaNa	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 16:00~17:00 MIHO	マッスルトレーニング 16:00~17:00 CAPPY	マグマde美コア シェイブ 16:00~17:00 巢立 まゆ	マグマde ビューティーケア 16:00~17:00 KYOCO 定員18名	担当者・内容変更	17:00
18:00	★有酸素交替わり★ 17:30~18:30 NATSUKI 定員18名	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 17:30~18:30 土師 恵	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 17:30~18:30 土師 恵	マグマヨーガ 骨盤調整 17:30~18:30 Mayu	マグマヨーガ 交替わりレッスン 17:30~18:30 SHIMA	マグマボディスリム 17:30~18:30 NATSUKI 定員18名	担当者・内容変更	18:00
19:00	BBB マグマダイエット 19:00~20:00 NASTUKI	マグマ美脚ヨガ 19:00~20:00 KOZUE	SA-KO-TSU マグマダイエット 19:00~20:00 平田	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 19:00~20:00 YUKA	マグマヨーガ デトックス 19:00~20:00 Mayu	マグマファイ 19:00~20:00 ヨシ	マグマ リラクゼーション 19:00~20:00 NATSUKI 定員18名	19:00
20:00								20:00
21:00	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 20:30~21:30 YUKO	美Bodyシェイブ ~Booty Boom~ 20:30~21:30 ヨシ 定員18名	マグマストレッチ フロウ 20:30~21:30 平田	マグマビューティー シェイブ 20:30~21:30 相澤	マグマde ビューティーケア 20:30~21:30 平田 定員18名	マグマピラティス 20:30~21:30 小川	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 20:30~21:30 SAORI	21:00
22:00	マグマ リラクゼーション 22:00~23:00 mamiko 定員18名	マグマde コアトレーニング 22:00~23:00 NATSUKI 定員18名	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 22:00~23:00 美香	マグマde ビューティーケア 22:00~23:00 kumiko	美ボディシェイブ 22:00~23:00 みずほ	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 22:00~23:00 mamiko		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。マグマスタジオでのレッスン経験がない方はご参加頂けないクラスとなりますのでご参加される方は十分にご注意ください。※目安マッスルレッスンを10回以上受講経験のある方  
 ★ 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 六本木店  
 (英語での対応可能店舗)  
 〒106-0032  
 東京都港区六本木7-4-4 アートシェルビル3F  
 TEL 03-5785-1440  
 営業時間 月~土 7:45~23:30

Facebook  
 【insea六本木店】  
 イイね！をしてお得情報GET！

LINE  
 【insea六本木店】  
 ID 【@QPX3479H】

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

日 7:45~22:00  
 ご予約開始 毎月25日(翌月1日~末日)  
 短縮営業日 毎月第3月曜日  
 【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。  
 ★メンテナンスの為、4月17日は、14:30~のレッススが最終となります。  
 【最終退館時間 16:00】  
 ★4月29日は【祝日特別プログラム】となります。別紙をご参照ください。