

レッスン開始以降のご入室は受講不可とさせていただきます。

DAY TIME	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	DAY TIME
6:30								6:30
7:00								7:00
8:00	マグマ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 パワーエナジー 8:00~9:00 Yui	マグマストレッチ フロウ 8:00~9:00 平田	マグマde美コア バランス 8:00~9:00 SAYO 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プ 9:30~10:30 kumiko	SA-KO-TSU マグマダイエット 9:30~10:30 Emiko	マグマストレッチ kumikoスペシャル 9:30~10:30 kumiko	美活部75 CAPPYスペシャル 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	内容変更 マグマボディケア スペシャル 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			内容変更					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	マグマde 有酸素レッスン 11:00~12:00 相澤	マグマストレッチ ベースック 11:00~12:00 KANAЕ	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 シェイプ 11:00~12:00 相澤	週替わりレッスン 11:00~12:00 ERICA	11:00
12:00								12:00
13:00	マグマストレッチ ベースック 13:00~14:00 CAPPY	マグマ美脚ヨガ 13:00~14:00 Kimie	マグマヨーガ パワーエナジー 13:00~14:00 KANAЕ	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	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 13:00~14:00 KYOCO	ステップdeシェイプ 13:00~14:00 kaori	13:00
14:00			内容変更		内容変更			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 MARI	マグマde ビューティーケア 14:30~15:30 NATSUKI 定員18名	マグマファイト 14:30~15:30 茂呂	マグマ セラピーボール 14:30~15:30 KANAЕ	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		マグマ リラクゼーション 16:00~17:00 大石 定員18名	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 16:00~17:00 NaNa	マグマピラティス 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 シェイプ 16:00~17:00 SAYO	マグマde ビューティーケア 16:00~17:00 KYOCO	16:00
17:00						担当者変更		17:00
18:00	マグマボディスリム 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 デトックス 17:30~18:30 Mayu	マグマde美コア シェイプ 17:30~18:30 JUNKO	マグマボディスリム 17:30~18:30 NATSUKI 定員18名	18:00
19:00	BBB マグマダイエット 19:00~20:00 NATSUKI	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 MIYAKO	マグマヨーガ 骨盤調整 19:00~20:00 Mayu	マグマファイト 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						担当者・内容変更		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シェイプ ~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 シェイプ 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	マグマラテンシェイプ 20:30~21:30 橋本 知子	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 定員18名	美ボディシェイプ 22:00~23:00 Mizuho 定員18名	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は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。※目安マグマレッスンを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。

Facebook
 【insea六本木店】
 イネ！をしてお得情報GET♪



LINE
 【insea六本木店】
 ID【@QPX3479H】
 キャンセル待ちリスト



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♪



【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 03-5785-140
 営業時間 月~土 7:45~23:30
 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】
 ◇担当コンタ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タ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でお願い致します。

★メンテナンスの為、10月16日は、14:30~のレッスンが最終となります。
 【最終退館時間 16:00】