

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 TIME	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	DAY TIME
7:00								7:00
8:00	マグマde ビューティーケア 8:00~9:00 kumiko	マグマストレッチ ベーシック 8:00~9:00 RUI	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 デトックス 8:00~9:00 KAZU	マグマ ストレッチフロウ 8:00~9:00 平田	内容変更 マグマヨーガ 骨盤調整 8:00~9:00 RUI	内容変更 マグマピラティス 8:00~9:00 平田	8:00
9:00	定員18名							9:00
10:00	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 9:30~10:30 ERICA	マグマボディスリム 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	マグマピラティス 大山スペシャル 9:30~10:30 大山	マグマボディケア スペシャル 9:30~10:30 相澤	マグマ美脚ヨーガ 9:30~10:30 MARI	10:00
11:00	マグマピラティス 11:00~12:00 ERICA	内容変更	マグマビューティー シェイプ 11:00~12:00 相澤	マグマストレッチ ベーシック 11:00~12:00 KANAЕ	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 11:00~12:00 高橋 泉	マグマ ビューティーシェイプ 11:00~12:00 相澤	マグマボディケア スペシャル 11:00~12:00 ERICA	11:00
12:00		担当者変更						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 ストレッチフロウ 13:00~14:00 YUKA	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 13:00~14:00 RUI	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	マグマヨーガ 骨盤調整 13:00~14:00 KYOCO	ステップdeシェイプ 13:00~14:00 YUKARI	13:00
14:00		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	マグマヨーガ 骨盤調整 14:30~15:30 kimie	マグマde ビューティーケア 14:30~15:30 MIYAKO	マグマストレッチ kumikoスペシャル 14:30~15:30 kumiko	マグマヨーガ 骨盤調整 14:30~15:30 KANAЕ	内容変更 ステップdeシェイプ 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		担当者・内容変更						17:00
18:00	マグマボディケア スペシャル 17:30~18:30 SHIMA	内容変更						18:00
19:00	POWER HIPNESS 65 19:00~20:05 NATSUKI	美スタイル ヴァンヤサヨガ 19:00~20:00 MARI	ステップdeマグマ 19:00~20:00 CAPPY	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 19:00~20:00 MIYAKO	SA-KO-TSU マグマダイエット 19:00~20:00 平田	週替わり有酸素 19:00~20:00 ヨシ	マグマ リラクゼーション 19:00~20:00 NATSUKI	19:00
20:00								20:00
21:00	SA-KO-TSU マグマダイエット 20:30~21:30 NATSUKI	担当者・内容変更						21:00
22:00	マグマ リラクゼーション 22:00~23:00 mamiko	マグマde コアトレーニング 22:00~23:00 NATSUKI	内容変更					22:00
	定員18名	定員18名	定員18名	定員18名				

🌱 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20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。
- ◇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。
- ◇予約の変更・キャンセルは必ずレッスン開始の2時間前までにお願いいたします。
- ⇒キャンセル・変更に関する詳細はinseaHPをご確認ください。

★1月1日(火) 1月2日(水)は休館日となります。
★1月21日(月)はメンテナンス短縮日のため、14:30~を最終レッスンとさせていただきます。

Magma spastudio insea 六本木店
〒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(入館~退館時間)
月~金 7:45~23:30
日 7:45~22:00

Facebook 【insea六本木店】
LINE 【insea六本木店】 ID【@QPX3479H】
twitter 【マグマスタジオinsea】
Instagram 【@insearoppongi】

