

DAY	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	DAY
TIME								TIME
6:30								6:30
7:00								7:00
8:00	マグマヨーガ デトックス 8:00~9:00 HIROKO	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 8:00~9:00 HIROKO	マグマストレッチ ベーシック 8:00~9:00 大石	マグマde ビューティケア 8:00~9:00 MIYAKO	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 8:00~9:00 kimie	マグマヨーガ 骨盤調整 8:00~9:00 HIROKO	マグマde ビューティケア 8:00~9:00 MAKI	8:00
9:00								9:00
10:00	マグマ リラクゼーション 9:30~10:30 HIROKO 定員13名	マグマピラティス 9:30~10:30 MISUZU	マグマヨーガ リラクセス 9:30~10:30 三浦 真紀	マグマヨーガ ベーシック 9:30~10:30 MIYAKO	マグマde ビューティケア 9:30~10:30 kimie	マグマピラティス 9:30~10:30 Fumika	Body シェイプ ~ヨシ's Booty Boom~ 9:30~10:30 ヨシ	10:00
11:00	マグマヨーガ ベーシック 11:00~12:00 Noriko	Body シェイプ ~ヨシ's Booty Boom~ 11:00~12:00 ヨシ	マグマファイト 11:00~12:00 ヨシ	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 11:00~12:00 YUKARI	SA-KO-TSU マグマダイエット 11:00~12:00 Emiko	マグマヨーガ デトックス 11:00~12:00 Fumika	マグマ美脚ヨガ 11:00~12:00 Fumika	11:00
12:00								12:00
13:00	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 13:00~14:00 YOKO	マグマ リラクゼーション 13:00~14:00 大石 定員13名	マグマde ビューティケア 13:00~14:00 KYOCO	ステップdeマグマ 13:00~14:00 YUKARI 定員13名	マグマヨーガ 骨盤調整 13:00~14:00 三浦 真紀	マグマリズム シェイプ 13:00~14:00 橋本 知子	マグマヨーガ デトックス 13:00~14:00 maco	13:00
14:00	マグマ美脚ヨガ 14:30~15:30 三浦 真紀	マグマヨーガ デトックス 14:30~15:30 nemu	マグマde ラテンシェイプ 14:30~15:30 SAORI	マグマde ビューティケア 14:30~15:30 kimie	マグマ リラクゼーション 14:30~15:30 三浦 真紀 定員13名	マグマボディケア スペシャル 14:30~15:30 SHIMA	マグマ リラクゼーション 14:30~15:30 向山 定員13名	14:00
15:00								15:00
16:00	マグマ リラクゼーション 16:00~17:00 大石 定員13名			担当者・内容変更 マグマヨーガ ルーシーダットン 16:00~17:00 岡本	マグマピラティス 16:00~17:00 Fumika	マグマde ビューティケア 16:00~17:00 KYOCO	マグマde美コアシェイ ブ 16:00~17:00 巢立 まゆ	16:00
17:00							担当者変更 マグマヨーガ ヒーリングデトックス 17:30~18:30 kimie	17:00
18:00			マグマde ビューティケア 17:30~18:30 MIYAKO			マグマヨーガ 骨盤調整 17:30~18:30 KYOCO		18:00
19:00	マグマヨーガ 骨盤調整 19:00~20:00 kimie	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 19:00~20:00 shiho	マグマヨーガ ルーシーダットン 19:00~20:00 RYU	マグマヨーガ デトックス 19:00~20:00 maco	マグマストレッチ ベーシック 19:00~20:00 mamiko	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 19:00~20:00 kimie	マグマヨーガ ベーシック 19:00~20:00 kimie	19:00
20:00								20:00
21:00	マグマハワイアン シェイプ 20:30~21:30 kimie	マグマヨーガ 骨盤調整 20:30~21:30 結梨香	マグマヨーガ パワーエナジー 20:30~21:30 kimie	マグマde美コアバラ ンス 20:30~21:30 巢立 まゆ	マグマヨーガ ベーシック 20:30~21:30 marina	マグマde 美bodyシェイプ 20:30~21:30 みずほ	マグマピラティス 20:30~21:30 MISUZU	21:00
22:00	マグマヨーガ デトックス 22:00~23:00 MIYAKO	Bodyシェイプ ライト 22:00~22:00 みずほ	マグマde ビューティケア 22:00~23:00 kimie	マグマ リラクゼーション 22:00~23:00 大石 定員13名	週替わりレッスン 22:00~23:00 TETSUYA	マグマ ストレッチ&マッサージ 22:00~23:00 RYU	マグマストレッチ ベーシック 22:00~23:00 MISUZU	22:00

【プログラムご利用案内】

◇各プログラムは完全予約制となっております。直接ご来店いただくか、WEBもしくはお電話にてご予約下さい。
◇参加をキャンセルされる場合は必ずレッスンが始まる3時間前までにご連絡をください。お急ぎ致します。なお6:30~・8:00~・9:30のレッスンに関しては、前日の営業時間内までのご連絡または営業終了後に、各店舗留守番電話にて「お名前・キャンセル時間」をお知らせ下さいませます。期日までにご連絡頂けない場合は、キャンセル料1,080円をお支払頂く場合がございます。
◇無断キャンセルの場合は1レッスン分相当の3,400円もしくは通常チケット1枚を頂きます。
◇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。
◇スタジオでお使いいただくマット・バスタオル等は無料にてご用意しております。

【スタジオご利用案内】

◇レッスン開始30分前よりチェックイン開始、20分前よりスタジオへご入室いただけます。
◇レッスン開始10分以降の参加はご遠慮いただきます。
◇プログラム終了後はすみやかにご退出ください。
◇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物をお願い致します。

【ご予約】

Magma spastudio insea 用賀店

〒158-0097
東京都世田谷区用賀4-5-15
プラグインガーデン 2F
TEL 03-5491-5611

営業時間
月~日 7:45~23:30
ご予約開始 毎月25日(翌月1日~末日)



休館日 不定休

★8/9(木)休館日とさせていただきます。

★短縮営業のため、8/17(木)14:30~のレッスンが最終となります。【16:00:退館時刻】



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。確実に結果を出す事をお目的とし、今までにない達成感を味わうことができますが、運動に慣れた方でもマグマスタジオでのレッスン経験がない方はご参加いただけにくいクラスとなりますので、ご参加を希望される方は十分ご注意ください！！※目安：マグマレッスンを10回以上受講経験のある方