

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 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 ビューティーケア 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	マグマヨーガ リラクセス 8:00~9:00 yurika	8:00
9:00								9:00
10:00	マグマ ステップdeシェイプ 9:30~10:30 Emiko	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 ビューティーケア 9:30~10:30 kimie	マグマピラティス 9:30~10:30 中村 なおこ	マグマヨーガ 骨盤調整 9:30~10:30 yurika	10:00
11:00	マグマヨーガ パワーエナジー 11:00~12:00 YOKO	マグマde 美ボディシェイプ ~Booty boom~ 11:00~12:00 ヨシ	マグマde ビューティーケア 11:00~12:00 KYOCO	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	マグマストレッチ ベーシック 11:00~12:00 中村 なおこ	内容変更 マグマヨーガ ヒーリングデトックス 11:00~12:00 RUI	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	マグマファイト 13:00~14:00 ヨシ	ステップdeマグマ 13:00~14:00 YUKARI	マグマヨーガ 骨盤調整 13:00~14:00 三浦 真紀	マグマボディケア スペシャル 13:00~14:00 SHIMA	マグマde 美コアバランス 13:00~14:00 担当者:週替わり	13:00
14:00		定員13名		定員13名				14:00
15:00	マグマ美脚ヨーガ 14:30~15:30 三浦 真紀	マグマヨーガ デトックス 14:30~15:30 nemu	マグマピラティス ~ヨシオリジナル~ 14:30~15:30 ヨシ	マグマde ビューティーケア 14:30~15:30 kimie	マグマ リラクゼーション 14:30~15:30 三浦 真紀	マグマ リズムシェイプ 14:30~15:30 橋本 知子	マグマストレッチ ベーシック 14:30~15:30 向山	15:00
16:00		担当者変更						16:00
17:00	マグマ リラクゼーション 16:00~17:00 大石	マグマde 美コアバランス 16:00~17:00 担当者: SAYO			マグマヨーガ ベーシック 16:00~17:00 HARUNA	マグマヨーガ 骨盤調整 16:00~17:00 KYOCO	マグマ de ビューティーケア 16:00~17:00 MINAKO	17:00
18:00	定員13名			担当者変更				18:00
19:00	マグマ リラクゼーション 16:00~17:00 大石	マグマde 美コアバランス 16:00~17:00 担当者: SAYO	マグマ de ビューティーケア 17:30~18:30 MIYAKO	マグマヨーガ リラクセス 17:30~18:30 maco	マグマヨーガ デトックス 17:30~18:30 HIROKO	マグマ de ビューティーケア 17:30~18:30 KYOCO	マグマピラティス 17:30~18:30 MINAKO	19:00
20:00	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	週替わりレッスン 19:00~20:00 RYU	マグマヨーガ デトックス 19:00~20:00 maco	マグマ リラクゼーション 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de 美ボディシェイプ ~Booty boom~ 19:00~20:00 ヨシ	19:00
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 yurika	マグマヨーガ パワーエナジー 20:30~21:30 kimie	マグマ ストレッチベーシック 20:30~21:30 向山	マグマヨーガ 骨盤調整 20:30~21:30 marina	マグマ ハワイアンシェイプ 20:30~21:30 kimie	マグマde ビューティーケア 20:30~21:30 kimie	21:00
22:00		内容変更				内容変更		22:00
	マグマde 美コアデトックス 22:00~23:00 SAYO	マグマde ポリネシアシェイプ 22:00~23:00 Mizuho	マグマ de ビューティーケア 22:00~23:00 kimie	マグマヨーガ リラクゼーション 22:00~23:00 大石	マグマボディスリム 22:00~23:00 TETSUYA	マグマde 美ボディシェイプ 22:00~23:00 Mizuho	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 22:00~23:00 kimie	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。

Magma spastudio insea 用賀店  
〒168-0097  
東京都世田谷区用賀4-5-15プラザインガーデン 2F  
TEL 03-5491-5611  
営業時間 (入館~退館時間)  
月~日 7:45~23:30  
短縮日 毎月第三木曜日

【ご利用案内】

- ◇通常の定員数は15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。

Facebook [insea用賀店] イイね!  
LINE [insea用賀店] ID @AWW4843G 友達リストからお友達検索GET  
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用賀@マグマスタジオ] お得情報配信中

★5月17日(木)はメンテナンス短縮日の為、14:30~のレッスンは最終となります。  
★5月3日(木)~5月5日(土)は祝日プログラムとなりますので、別紙をご参照ください。

