



Studio Time Schedule

2017年12月

全て男女混合レッスンになります

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	Tus	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	DAY TIME
8:00	マグマヨーガ 骨盤調整 8:15~9:15 chiri	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 8:15~9:15 Yumiko	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 8:15~9:15 美香	マグマストレッチ ベーシック 8:15~9:15 平田	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 8:15~9:15 HIRO	マグマヨーガ デトックス 8:15~9:15 saori	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 8:15~9:15 KOZUE	8:00
9:00	🔥 ステップdeシェイブ 9:30~10:30 YUKARI	マグマ モーニングヨガ 9:30~10:30 TOMO	🔥 マグマ リズムシェイブ 9:30~10:30 由香	🔥 マグマピラティス 9:30~10:30 平田	マグマ リラクゼーション 9:30~10:30 ERICA	マグマストレッチ ベーシック 9:30~10:30 MARI	マグマヨーガ 骨盤調整 9:30~10:30 itomari	9:00
10:00	マグマ リラクゼーション 11:00~12:00 YUKARI	マグマヨーガ デトックス 11:00~12:00 KAZU	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 11:00~12:00 itomari	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 11:00~12:00 あきよ	🔄 交替わり 11:00~12:00 ERICA	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 11:00~12:00 平田	マグマヨーガ デトックス 11:00~12:00 itomari	10:00
11:00	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 13:00~14:00 MARI	🔥 マグマピラティス 13:00~14:00 平田	🔥 マグマヨーガ パワーエナジー 13:00~14:00 eri	🔥 美bodyシェイブ ~Booty Boom~ 13:00~14:00 ヨシ	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 13:00~14:00 nemu	🔥 オリジナルステップ 12:30~13:30 CAPPY	🔥 マグマde美コア シェイブ 13:00~14:00 SAYO	11:00
12:00	🔥 マグマヨーガ ベーシック 14:30~15:30 KAZU	マグマ ビューティーケア 14:30~15:30 KYOCO	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 14:30~15:30 土師恵	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 14:30~15:30 Chizuco	🔥 マグマヨーガ パワーエナジー 14:30~15:30 nemu	🔥 マグマヨーガ ベーシック 14:30~15:30 KAZU	🔥 マグマヨーガ ベーシック 14:30~15:30 MIYAKO	12:00
13:00						マグマヨーガ デトックス 16:00~17:00 MAYU	マグマヨーガ デトックス 16:00~17:00 MIYAKO	13:00
14:00			Chizucoオリジナル ~からだめぐりyoga~ 17:00~18:00 Chizuco			マグマヨーガ 骨盤調整 17:30~18:30 MAYU	🔥 ステップdeシェイブ 17:30~18:30 TETSUYA	14:00
15:00	🔥 マグマピラティス 18:30~19:30 MINAKO	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 18:30~19:30 ふみな	マグマ リラクゼーション 18:30~19:30 Chizuco	マグマヨーガ デトックス 18:30~19:30 RUI	🔥 マグマヨーガ パワーエナジー 18:30~19:30 ふみな	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 19:00~20:00 ARENA	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 19:00~20:00 TOMO	15:00
16:00	マグマヨーガ 骨盤調整 19:45~20:45 土師恵	🔥 ステップdeシェイブ 19:45~20:45 NATSUKI	🔥 マグマde美コア シェイブ 19:45~20:45 YUKIKO	🔥 ステップdeシェイブ 19:45~20:45 KAORI	マグマヨーガ 骨盤調整 19:45~20:45 horieimi			16:00
17:00	マグマ リラクゼーション 21:00~22:00 土師恵	マグマヨーガ デトックス 21:00~22:00 yoshiko	マグマヨーガ 骨盤調整 21:00~22:00 saori	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 21:00~22:00 JUNKO	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 21:00~22:00 Chizuco			17:00
18:00								18:00
19:00								19:00
20:00								20:00
21:00								21:00
22:00								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、お電話にてご予約下さい。
◇ご参加をキャンセルされる場合は必ずレッスンの2週間前までにご連絡をください。キャンセル料1,080円をお支払いいただきます。
◇無断キャンセルの場合は3,400円をお支払いいただきます。

【スタジオご利用案内】

◇チェックイン時間はレッスン開始35分前とさせていただきます。
なお、8:15~、9:30~のレッスンに関しては、15分前とさせていただきます。
◇レッスンの開始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の物でお願いします。

【ご予約】

51.5X insea 恵比寿店
TEL 03-5422-7822

東京都渋谷区恵比寿3-9-20
恵比寿ガーデンイーストB1F
平日8:00~22:30
土日8:00~20:30

★12月1日(月)短縮営業【最終レッスン14:30】

★12月29日(金)短縮営業【最終レッスン14:30】

★12月22日(金)休館日

★年末年始12月30日(土)~1月3日まで休館日

ご予約開始 毎月25日



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レッスンとなっております。



初心者マーク：マグマスタジオでのレッスン受講が初めての方、または、しばらく運動をされていなかった方へおすすめのクラスです。