

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	マグマピラティス 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 Yumiko	マグマヨーガ 骨盤調整 8:15~9:15 美香	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 8:15~9:15 Yui	マグマ リラクゼーション 8:15~9:15 三浦 真紀	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 Chizuco	8:00
9:00					定員11名			9:00
10:00	マグマヨーガ 骨盤調整 9:30~10:30 YUKARI	マグマdeリセット (ビューティーケア) 9:30~10:30 MINAKO	マグマリズムシェイプ 9:30~10:30 由香	マグマピラティス 9:30~10:30 平田	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 9:30~10:30 RUI	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	10:00
11:00	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deリセット (ビューティーケア) 11:00~12:00 itomari	マグマ リラクゼーション 11:00~12:00 ASAMI	マグマピラティス 11:00~12:00 ERICA	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 10:45~11:45 平田	マグマヨーガ デトックス 10:45~11:45 itomari	11:00
12:00	定員11名		定員11名	定員11名		マグマ リラクゼーション 12:00~13:00 HITOMI	マグマヨーガ パワーエナジー 12:00~13:00 saori	12:00
13:00	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 ヒーリングデトックス 13:00~14:00 eri	マグマde 美ボディシェイプ ~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 ASAMI	定員11名 交替わり 13:15~14:15 CAPPY	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 13:15~14:15 saori	13:00
14:00								14:00
15:00	マグマヨーガ パワーエナジー 14:30~15:30 KAZU	マグマdeリセット (ビューティーケア) 14:30~15:30 KYOCO	マグマヨーガ 骨盤調整 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	マグマストレッチ ベーシック 14:30~15:30 YUKA	マグマピラティス 14:30~15:30 HITOMI	マグマヨーガ ベーシック 14:30~15:30 MIYAKO	15:00
16:00		マグマヨーガ ヒーリングデトックス 15:45~16:45 Yuumi		マグマdeリセット (ビューティーケア) 15:45~16:45 MIYAKO		マグマヨーガ 骨盤調整 16:00~17:00 Mayu	マグマヨーガ デトックス 16:00~17:00 MIYAKO	16:00
17:00			マグマヨーガ ヒーリングデトックス 17:00~18:00 Chizuco					17:00
18:00						マグマヨーガ ヒーリングデトックス 17:30~18:30 Mayu	ステップdeシェイプ 17:30~18:30 TETSUYA	18:00
19:00	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 18:30~19:30 土師 恵	マグマ リラクゼーション 18:30~19:30 NATSUKI	マグマ リラクゼーション 18:30~19:30 Chizuco	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 18:30~19:30 RUI	マグマ下肢強化ヨーガ (マグマ美脚ヨーガ) 18:30~19:30 ふみな	マグマ リズムシェイプ 19:00~20:00 ARENA	マグマ リラクゼーション 19:00~20:00 ATSU	19:00
20:00	マグマヨーガ 骨盤調整 19:45~20:45 土師 恵	ステップdeシェイプ 19:45~20:45 NATSUKI	マグマde美コア シェイプ~中級~ 19:45~20:45 SAYO	ステップdeシェイプ 19:45~20:45 Kaori	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 19:45~20:45 Chiri		定員11名	20:00
21:00	マグマ リラクゼーション 21:00~22:00 MIYAKO	マグマヨーガ デトックス 21:00~22:00 marina	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 Mayuko	マグマヨーガ パワーエナジー 21:00~22:00 CHIEKO	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 20:30~21:30 ARENA	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 20:30~21:30 ATSU	21:00
22:00	定員11名						隔週レッスン	22:00

初學者マーク: 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。

全て男女混合レッスンになります!

【ご利用案内】

- ◇通常の定員数は12名とさせていただきます。(一部14名定員のクラスがございます)
- ◇翌月の予約開始日は毎月25日です。
- ◇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。
- ◇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。
- ◇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)は年始のため、休館とさせていただきます。
1月11日(金)はメンテナンス短縮日の為、14:30~のレッスンを
最終レッスンとさせていただきます。

Magma spastudio insea 恵比寿店
〒150-0013
東京都渋谷区恵比寿3-9-20恵比寿ガーデンイーストB1F
TEL 03-5422-7822
■営業時間(入館~退館時間)
月~金 8:00~23:00
土・日 8:00~22:00
(第2日曜日のみ 8:00~20:30)
短縮日 毎月第2金曜日

instagram
【insea恵比寿店】
Follow me ♡



Facebook
【insea恵比寿店】
イイね! までお待情報GET♪



LINE
【insea恵比寿店】
ID@[blk3107e]



twitter
【マグマスタジオinsea】
フォローして予約状況をチェック♪

