



Studio Time Schedule 2017年9月

DAY	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	DAY
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 saori	マグマヨーガ ベーシック 8:00~9:00 美香	マグマストレッチ ベーシック 8:00~9:00 KYOCO	マグマ ビューティーケア 8:00~9:00 KYOCO 定員12名	マグマ ビューティーケア 8:00~9:00 MINAKO 定員12名	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 8:00~9:00 美香	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 8:00~9:00 wakana	8:00
9:00	マグマde美コア シェイプ 9:30~10:30 YUKIKO	マグマビューティー シェイプ 9:30~10:30 相澤	マグマ リラクゼーション 9:30~10:30 HITOMI 定員12名	ステップ de シェイプ 9:30~10:30 Emiko 定員13名	マグマヨーガ ルーシーダットン 9:30~10:30 由香	マグマヨーガ パワーエナジー 9:30~10:30 chiri	マグマストレッチ ベーシック 9:30~10:30 TETSUYA	9:00
10:00								10:00
11:00	Tai-ONオリジナル 11:00~12:00 YUKIKO	マグマ Bodyケアスペシャル 11:00~12:00 相澤 定員12名	マグマヨーガ 骨盤調整 11:00~12:00 土師 恵	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 11:00~12:00 marina	マグマ美脚ヨガ 11:00~12:00 MARI	マグマヨーガ 骨盤調整 11:00~12:00 chiri	マグマファイト 11:00~12:00 TETSUYA	11:00
12:00								12:00
13:00	マグマ リラクゼーション 13:00~14:00 NAOMI 定員12名	マグマストレッチ ベーシック 13:00~14:00 nobuko	マグマヨーガ リラククス 13:00~14:00 三浦	マグマ有酸素 スペシャル 13:00~14:00 相澤	マグマ リラクゼーション 13:00~14:00 nobuko 定員12名	マグマヨーガ ベーシック 12:30~13:30 MIYAKO	マグマヨーガ デトックス 12:30~13:30 soungemi	13:00
14:00								14:00
15:00	マグマヨーガ 骨盤調整 14:30~15:30 AKANE	マグマ ビューティーケア 14:30~15:30 HITOMI 定員12名	SA-KO-TSU マグマダイエット 14:30~15:30 Emiko 定員13名	マグマヨーガ リラククス 14:30~15:30 HITOMI	マグマde美コア デトックス 14:30~15:30 AKIE	マグマ ビューティーケア 14:00~15:00 MIYAKO 定員12名	マグマヨーガ 骨盤調整 14:00~15:00 itomari	15:00
16:00	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 16:00~17:00 MIYAKO	アナトミック 骨盤ヨーガ 16:00~17:00 松葉	マグマ ビューティーケア 16:00~17:00 chiril 定員12名	マグマ Bodyケアスペシャル 16:00~17:00 相澤 定員12名		マグマde美コア シェイプ 15:30~16:30 山口絵里加	マグマ ビューティーケア 15:30~16:30 itomari 定員12名	16:00
17:00								17:00
18:00								18:00
19:00	マグマ ビューティーケア 18:30~19:30 MIYAKO 定員12名	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 18:30~19:30 KAZU	マグマビラティス 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 KAZU	マグマ ビューティーケア 18:30~19:30 KYOCO 定員12名	マグマヨーガ 骨盤調整 18:30~19:30 horiemi	マグマヨーガ リラククス 18:30~19:30 horiemi	19:00
20:00	マグマボディスリム 20:00~21:00 TETSUYA 定員13名	マグマヨーガ ベーシック 20:00~21:00 KAZU	ステップ de シェイプ 20:00~21:00 MINAKO 定員13名	マグマストレッチ ベーシック 20:00~21:00 KYOCO	マグマヨーガ パワーエナジー 20:00~21:00 Yumiko	マグマヨーガ リラククス 20:00~21:00 horiemi	Bodyシェイプ ~みずほスペシャル~ 20:00~21:00 みずほ	20:00
21:00								21:00
22:00	マグマストレッチ ベーシック 21:30~22:30 TETSUYA	マグマヨーガ デトックス 21:30~22:30 maco	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 21:30~22:30 mamiko	マグマヨーガ 骨盤調整 21:30~22:30 KYOCO	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 21:30~22:30 Mayuko			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。お電話・WEB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3時間前までにご連絡をくださいませう
 お問い合わせ。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ご連絡
 または営業終了後、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お願い致します。
 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円を頂きます。
 ◇担当インストラクターは男性の場合もございますので、予めご了承くださいませ。
 ◇スケジュールはインストラ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】

◇レッスンの開始35分前よりチェックイン開始、20分前よりスタジオ
 へ入室いただけます。
 ◇レッスン開始後のご入室はご遠慮いただけます。
 ◇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
 致します。

【ご予約】

Magma spastudio
 MEDICAL insea 五反田店
 〒141-0022
 東京都品川区東五反田5-25-19
 東京デザインセンター2F
 TEL 03-6455-7183
 営業時間
 月~金 7:45~23:00
 土・日 7:45~21:30

ご予約開始 毎月25日 (翌月1日~末日)

休館日 不定休



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。

燃焼マーク：ダイエットを目的とされている方にオススメのクラスです!!inseaで夏bodyを目指しましょ!!