



Studio Time Schedule 2018年4月

DAY	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	DAY
TIME 6:30								TIME 6:30
7:00		内容変更			内容変更	内容変更	担当・内容変更	7:00
8:00	マグマヨーガ ベーシック 8:00~9:00 RUI	マグマストレッチ ベーシック 8:00~9:00 saori	マグマヨーガ リラックス 8:00~9:00 KYOCO	マグマde ビューティーケア 8:00~9:00 KYOCO	マグマ ピラティス 8:00~9:00 MINAKO	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 骨盤調整 8:00~9:00 RUI	8:00
9:00				定員12名	内容変更			9:00
10:00	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	マグマ ステップdeシェイプ 9:30~10:30 Emiko	マグマ ボディスリム 9:30~10:30 由香	マグマヨーガ パワーエナジー 9:30~10:30 kimie	マグマストレッチ ベーシック 9:30~10:30 TETSUYA	10:00
11:00	Tai-ONオリジナル 11:00~12:00 YUKIKO	マグマ ボディケアスペシャル 11:00~12:00 相澤	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	マグマ美脚ヨーガ 11:00~12:00 MARI	マグマ ハワイアンシェイプ 11:00~12:00 kimie	マグマファイト 11:00~12:00 TETSUYA	11:00
12:00		定員12名					担当・内容変更	12:00
13:00	担当・内容変更					マグマヨーガ ベーシック 12:30~13:30 MIYAKO	マグマ ステップdeシェイプ 12:30~13:30 担当者隔週	13:00
14:00	マグマ リズムシェイプ 13:00~14:00 Kumiko	マグマストレッチ ベーシック 13:00~14:00 nobuko	マグマヨーガ リラックス 13:00~14:00 三浦 真紀	マグマ ピラティス 13:00~14:00 HITOMI	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 13:00~14:00 shiho		定員13名	14:00
15:00	内容変更	内容変更				マグマde ビューティーケア 14:00~15:00 MIYAKO	マグマヨーガ 骨盤調整 14:00~15:00 itomari	15:00
16:00	マグマde ビューティーケア 14:30~15:30 HITOMI	マグマヨーガ リラックス 14:30~15:30 HITOMI	SA-KO-TSU マグマダイエット 14:30~15:30 Emiko	マグマ ビューティーシェイプ 14:30~15:30 相澤	マグマde美コア デトックス 14:30~15:30 AKIE	定員12名		16:00
17:00	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 16:00~17:00 MIYAKO	マグマ アナトミック骨盤ヨガ 16:00~17:00 松葉	マグマヨーガ 骨盤調整 16:00~17:00 Chiri	マグマ ボディケアスペシャル 16:00~17:00 相澤		マグマde美コア シェイプ 15:30~16:30 SAYO	マグマde ビューティーケア 15:30~16:30 itomari	17:00
18:00				定員12名				18:00
19:00	マグマde ビューティーケア 18:30~19:30 MIYAKO	マグマde美コア シェイプ 18:30~19:30 YUKIKO	マグマヨーガ ベーシック 18:30~19:30 Yuumi	マグマ ヒーリングデトックス 18:30~19:30 Mayuko	マグマde ビューティーケア 18:30~19:30 KYOCO	マグマヨーガ 骨盤調整 18:30~19:30 horiemi	マグマヨーガ ヒーリングデトックス 18:30~19:30 mamiko	19:00
20:00	定員12名		担当・内容変更					20:00
21:00	マグマボディスリム 20:00~21:00 TETSUYA	マグマヨーガ ベーシック 20:00~21:00 RUI	マグマ ピラティス 20:00~21:00 MISUZU	マグマストレッチ ベーシック 20:00~21:00 KYOCO	マグマ ステップdeシェイプ 20:00~21:00 kaori	マグマヨーガ リラックス 20:00~21:00 horiemi	マグマde 美ボディシェイプ ~みずほスペシャル~ 20:00~21:00 Mizuho	21:00
22:00	マグマストレッチ ベーシック 21:30~22:30 TETSUYA	内容変更	マグマ リラクゼーション 21:30~22:30 mamiko	マグマヨーガ 骨盤調整 21:30~22:30 KYOCO	内容変更	マグマヨーガ リラックス 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2週間前までにご連絡をください
 お問い合わせは、なお6:30~8:00・9:30のレッスンに限りましては、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。
 期日までご連絡頂けない場合は、キャンセル料1,080円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。
 ◇担当コンダ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
 ご入室いただけます。
 ◇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場ください。
 ◇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

◆ 短縮営業日 ◆

◆ 4/5 (木) 14:30~最終レッスン (16:00閉館)

◆ 4/16 (月) 18:30~レッスンのスタート (入館 17:55)



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。