

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	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	DAY
6:30								6:30
7:00								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 リラククス 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 リラククス 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				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	マグマ美脚ヨーガ 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	マグマファイブ 11:00~12:00 TETSUYA	11:00
12:00		定員12名						12:00
13:00	マグマストレッチ kumikoスペシャル 13:00~14:00 Kumiko	マグマ リラクゼーション 13:00~14:00 nobuko	マグマヨーガ リラククス 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	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	内容変更	定員12名						14:00
15:00	マグマde ビューティーケア 14:30~15:30 HITOMI	マグマヨーガ リラククス 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	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	16:00
17:00				定員12名				17:00
18:00								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	マグマヨーガ 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							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 リラククス 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	定員13名							22:00
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 ヒーリングデトックス 21:30~22:30 maco	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	マグマヨーガ リラククス 21:30~22:30 Mayuko			22:00
			定員12名					

🌱 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。

【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。

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 (入館~退館)
月~金 7:45~23:00
土・日 7:45~21:30
休館日 不定休LINE

Instagram
【medicalinsea】
お得情報配信中♪

Facebook
【Medicalinsea】
イね！をしてお得情報GET♪

【insea五反田店】
ID【@kuq8287s】
キャンセル率アップ



6/11(月)は短縮営業のため18:30~レッスンスターとなります。(17:50 閉館)