

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	
10	10:30~11:30 マグマヨーガ ヒーリング デトックス SATOMI (女性専用)	10:30~11:30 マグマヨーガ ヒーリング パワーエナジー YUKINA	10:30~11:30 マグマヨーガ デトックス AKI (女性専用)	10:30~11:30 マグマヨーガ ヒーリング デトックス MIKA	10:30~11:30 マグマヨーガ パワーエナジー SAYAKA (女性専用)	10:30~11:30 マグマde ビューティーケア SACHIKO (女性専用)	10:30~11:30 マグマストレッチ ベーシック TOMOKO	10
11								11
12	12:00~13:00 マグマヨーガ ヒーリング パワーエナジー SATOMI	12:00~13:00 マグマヨーガ ヒーリング デトックス YUKINA (女性専用)	12:00~13:00 マグマヨーガ 骨盤調整 AKI	12:00~13:00 マグマ ピラティス MAIKO (女性専用)	12:00~13:00 マグマヨーガ ヒーリング デトックス SAYAKA	12:00~13:00 マグマヨーガ ヒーリング パワーエナジー HIROMI	12:00~13:00 マグマヨーガ 骨盤調整 週替わり (女性専用)	12
13							7日 RIRI 21日 YUUKI 28日 RIRI	13
13:30~14:30 マグマヨーガ ヒーリング デトックス KUMI	13:30~14:30 マグマ ピラティス RIKA (女性専用)	13:30~14:30 マグマストレッチ ベーシック MIHO	13:30~14:30 マグマヨーガ ヒーリング デトックス YUUKI (女性専用)	13:30~14:30 マグマストレッチ ベーシック YUU	13:30~14:30 マグマヨーガ ヒーリング デトックス HIROMI	13:30~14:30 マグマヨーガ ヒーリング パワーエナジー 週替わり	7日 HIROMI 21日 YUUKI 28日 SAYAKA	14
14								14
15:00~16:00 マグマヨーガ デトックス MIKA (女性専用)	15:00~16:00 マグマヨーガ 骨盤調整 RIKA	15:00~16:00 マグマヨーガ デトックス MIHO (女性専用)	15:00~16:00 マグマヨーガ 骨盤調整 YUUKI	15:00~16:00 マグマヨーガ パワーエナジー KUMI	15:00~16:00 マグマストレッチ ベーシック TOMOKO (女性専用)	15:00~16:00 マグマヨーガ ヒーリング デトックス 週替わり	7日 HIROMI 21日 YUUKI 28日 SAYAKA	15
16								16
17							16:30~17:30 マグマde ビューティーケア MIHO (女性専用)	17
18				18:00~19:00 マグマde ビューティーケア RUIKA (女性専用)				18
19:00~20:00 マグマde ビューティーケア SACHIKO (女性専用)	18:30~19:30 マグマストレッチ ベーシック RUIKA	18:45~19:45 マグマヨーガ 骨盤調整 YUKA	19:30~20:30 マグマヨーガ ヒーリング デトックス RUIKA	18:45~19:45 マグマストレッチ ベーシック YUU	18:30~19:30 マグマヨーガ 骨盤調整 MIHO	18:30~19:30 マグマヨーガ ヒーリング デトックス RUIKA		19
15日 休講								20
20:30~21:30 マグマストレッチ ベーシック TAKEAKI	20:00~21:00 マグマヨーガ ヒーリング デトックス SANA	20:15~21:15 マグマde ビューティーケア SACHIKO (女性専用)		20:15~21:15 マグマヨーガ ヒーリング デトックス YUKA (女性専用)	20:00~21:00 マグマストレッチ ベーシック YUU			20
15日 休講								21
	21:30~22:30 マグマde ビューティーケア RUIKA (女性専用)			21:00~22:00 マグマストレッチ ベーシック RUIKA				21
22								22

各レッスン予約制となっております。ご予約はお電話(029-842-8833)またはJAC土浦メインフロントにて承ります。

 は初心者の方でもお受けできるレッスンとなります。

 は女性専用のクラスとなります。男性の方はお受けできませんのでご了承ください。

レッスン内容が変更になる場合はHP、館内掲示にて代行のご案内を致します。ご予約の際はレッスン内容をご確認ください。