

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
10	10:20~11:20 マグマヨーガ ヒーリング デトックス SATOMI (女性専用)	10:20~11:20 マグマヨーガ 骨盤調整 YUKINA	10:20~11:20 マグマヨーガ デトックス AKI (女性専用)	10:20~11:20 マグマヨーガ ヒーリング デトックス RUIKA	10:20~11:05 マグマヨーガ パワーエナジー SAYAKA (女性専用)	定員16名 10:20~11:05 ステップdeシェイプ SACHIKO	10:20~11:20 マグマストレッチ ベーシック TOMOKO
11							
12	11:40~12:40 マグマストレッチ ベーシック MIKIKO	11:50~12:50 マグマヨーガ ヒーリング デトックス YUKINA (女性専用)	11:50~12:50 マグマヨーガ 骨盤調整 AKI	11:50~12:50 マグマ ピラティス MAIKO (女性専用)	11:35~12:35 マグマヨーガ ヒーリング デトックス SAYAKA	11:35~12:35 マグマde ビューティーケア MIKIKO (女性専用)	11:50~12:35 マグマヨーガ パワーエナジー RUIKA
13	13:00~14:00 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	13:20~14:20 マグマヨーガ ヒーリング デトックス YUUKI (女性専用)	13:05~14:05 マグマde ビューティーケア MIKIKO (女性専用)	13:15~14:15 マグマヨーガ 骨盤調整 RIRI	13:05~14:05 マグマヨーガ 骨盤調整 AKI
14	NEW インストラクター 14:30~15:15 マグマヨーガ パワーエナジー RINA						
15	NEW 15:35~16:35 マグマde ビューティーケア MIKIKO (女性専用)	15:00~16:00 マグマヨーガ 骨盤調整 RIKA	定員16名 15:00~15:45 ステップdeシェイプ MIHO	14:50~15:50 マグマヨーガ 骨盤調整 YUUKI	15:00~15:45 マグマヨーガ パワーエナジー KUMI	14:45~15:45 マグマストレッチ ベーシック TOMOKO (女性専用)	14:45~15:45 マグマヨーガ デトックス HIROKO
16		定員16名 16:20~17:05 ステップdeシェイプ SANA	スタジオ メンテナンス作業	NEW 定員16名 16:20~17:05 ステップdeシェイプ HIROKO	16:05~17:05 マグマヨーガ デトックス HIROKO	16:15~17:15 マグマヨーガ デトックス RIRI	16:15~17:15 マグマde ビューティーケア MIHO (女性専用)
17							定員16名 17:45~18:30 ステップdeシェイプ MIHO
18	18:00~19:00 マグマde ボディリセット SACHIKO	定員16名 18:45~19:30 ステップdeシェイプ RUIKA	18:00~19:00 マグマヨーガ 骨盤調整 YUKA	18:00~19:00 マグマヨーガ 骨盤調整 RIRI (女性専用)	18:30~19:30 マグマストレッチ ベーシック MIKIKO	17:45~18:45 マグマヨーガ 骨盤調整 MIHO	
19	19:30~20:30 マグマヨーガ 骨盤調整 RIRI (女性専用)		19:30~20:15 ステップdeシェイプ SACHIKO	19:30~20:15 マグマヨーガ パワーエナジー RUIKA		19:15~20:15 マグマストレッチ ベーシック MIHO	
20		20:00~21:00 マグマヨーガ ヒーリング デトックス SANA			20:00~21:00 マグマヨーガ ヒーリング デトックス YUKA (女性専用)		
21	21:00~22:00 マグマヨーガ デトックス RIRI	21:20~22:20 マグマde ビューティーケア RUIKA (女性専用)	20:45~21:45 マグマde ボディリセット SACHIKO	20:45~21:45 マグマストレッチ ベーシック RUIKA			
22					21:30~22:30 マグマヨーガ 骨盤調整 RIRI		

各レッスン予約制となっております。

 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。

時間変更クラスがございます！ご確認ください！！