

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
10			10:20~11:05 マグマヨーガ デトックス ♥	10:20~11:05 マグマヨーガ ヒーリング デトックス		10:20~11:05 マグマde ビューティーケア ♥	10:20~11:05 マグマストレッチ ベーシック
11			TOMOMI (女性専用)	TOMOMI		TOMOMI (女性専用)	TOMOKO
12		11:40~12:25 マグマヨーガ ヒーリング デトックス	11:50~12:35 マグマヨーガ 骨盤調整	11:50~12:35 マグマヨーガ 骨盤調整	11:50~12:35 マグマヨーガ ヒーリング デトックス	11:40~12:25 マグマヨーガ 骨盤調整	11:40~12:25 マグマde ビューティーケア
		YUKINA	TOMOMI	YUUKI (女性専用)	SAYAKA	RIRI	RUIKA (女性専用)
13		13:30~14:15 マグマ ピラティス	13:15~14:00 マグマストレッチ ベーシック	13:10~13:55 マグマ ピラティス		13:00~13:45 マグマヨーガ デトックス	13:10~13:55 マグマヨーガ ヒーリング デトックス
	♥	MIHO	MAIKO (女性専用)			RIRI	RUIKA
14	RIKA (女性専用)					14:20~15:05 マグマストレッチ ベーシック	
15	15:00~15:45 マグマde ビューティーケア ♥	14:45~15:30 マグマde ボディリセット			15:00~15:45 マグマヨーガ ヒーリング デトックス	♥	14:50~15:35 マグマヨーガ デトックス
	スタジオ メンテナンス日	MIHO			KUMI	TOMOKO (女性専用)	HIROKO
	RIKA (女性専用)					15:40~16:25 マグマヨーガ ヒーリング デトックス	
16					16:20~17:05 マグマヨーガ デトックス	SATOMI	16:10~16:55 マグマde ボディリセット
17					HIROKO	17:00~17:45 マグマヨーガ 骨盤調整	MIHO
18			18:00~18:45 マグマヨーガ ヒーリング デトックス	18:00~18:45 マグマヨーガ 骨盤調整	18:00~18:45 マグマ ピラティス		17:30~18:15 マグマストレッチ ベーシック
19	18:45~19:30 マグマde ビューティーケア ♥		YUKA	♥	RIKA (女性専用)		MIHO
	RUIKA (女性専用)	19:30~20:15 マグマde ボディリセット		19:20~20:05 マグマストレッチ ベーシック	RIKA (女性専用)		
20	20:00~20:45 マグマヨーガ ヒーリング デトックス	SACHIKO		RUIKA	20:00~20:45 マグマヨーガ デトックス		
	SANA				♥		
21					YUKA (女性専用)		

### 営業時間短縮のお知らせ

平日 10時~21時30分 土曜 10時~20時30分 日祝日 10時~19時

新型コロナウイルス感染予防対策として、全てのレッスン時間を45分に変更し、クラス中インストラクターはマスクを着用させていただきます。

会員の皆様は、レッスン参加時にマスクの着用が必要です。

感染予防への皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

各レッスンは予約制となっております。(1クラス定員10名)

 は初心者の方にもおすすめできるクラスです。

♥ は女性専用のクラスとなります。男性の方は参加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。