

| | 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 骨盤調整 | 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 | | YUKINA | TOMOMI (女性専用) | TOMOMI | TOMOMI (女性専用) | 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 |
| 13 | | YUKINA | TOMOMI | YUUKI (女性専用) | TOMOMI | RIRI | RUIKA (女性専用) |
| 14 | | 13:30~14:15 マグマde ビューティーケア | 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 | 13:10~13:55 マグマヨーガ 骨盤調整 | 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 |
| 15 | | KIYO (女性専用) | MIHO | MAIKO (女性専用) | EMI | RIRI | RUIKA |
| 16 | スタジオ メンテナンス日 | NEW カンタン! 14:45~15:30 マグマde 筋トレ&ストレッチ | NEW カンタン! 14:30~15:15 マグマde ボディリセット | YUUKI | 15:00~15:45 マグマヨーガ ヒーリング デトックス | 14:20~15:05 マグマストレッチ ベーシック | 14:50~15:35 マグマヨーガ 骨盤調整 |
| 17 | | RIKA (女性専用) | MIHO | | KUMI | 15:40~16:25 マグマヨーガ ヒーリング デトックス | HIROKO |
| 18 | | | | | NEW カンタン! 16:20~17:05 マグマde ボディリセット | 16:10~16:55 マグマde ボディリセット | 16:10~16:55 マグマde ボディリセット |
| 19 | | | NEW カンタン! 18:00~18:45 柔らかくなる ヨガ | 18:00~18:45 マグマヨーガ 骨盤調整 | HIROKO | 17:00~17:45 マグマヨーガ 骨盤調整 | MIHO |
| 20 | | 18:45~19:30 マグマde ビューティーケア | YUKA | RIRI (女性専用) | 18:00~18:45 マグマ ピラティス | NEW カンタン! 18:20~19:05 マグマde 筋トレ&ストレッチ | MIHO |
| 21 | | RUIKA (女性専用) | 19:30~20:15 マグマヨーガ 骨盤調整 | 19:20~20:05 マグマヨーガ デトックス | NEW カンタン! 20:00~20:45 柔らかくなる ヨガ | MIHO | |
| 22 | | 20:00~20:45 マグマヨーガ ヒーリング デトックス | RUIKA | 変更 20:35~21:20 マグマde ボディリセット | YUKA (女性専用) | | ◆営業時間◆ 平日 10:00~23:00 土曜日 10:00~22:00 日曜日・祝日 10:00~20:00 |
| | | SANA | NEW カンタン! 21:00~21:45 マグマde 筋トレ&ストレッチ | RUIKA | 21:20~22:05 マグマヨーガ 骨盤調整 | ★ご案内★ 11月3日(火)は、 祝日のため 18時以降の クラスはお休みです。 予めご了承ください。 | |
| | | 21:15~22:00 マグマヨーガ 骨盤調整 | RUIKA | | RIRI | | |

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は45分間で実施いたします。
 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12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。