



	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 <b>カンタン!</b> 14:45~15:30 マグマde 筋トレ&ストレッチ	NEW <b>カンタン!</b> 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 <b>カンタン!</b> 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	MIHO
19			NEW <b>カンタン!</b> 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 <b>カンタン!</b> 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 <b>カンタン!</b> 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 <b>カンタン!</b> 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。