

	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	
8:00		♥♠ マグマピラティス 8:00~9:00 小川		♥♠ マグマde ビューティーケア 8:00~9:00 三浦 真紀		♥♠ マグマヨーガ リラックス 8:00~9:00 JUNKO	♥♠ マグマ ステップdeシェイブ 8:00~9:00 Emiko	8:00
9:00	♥♠ マグマピラティス 9:30~10:30 MISUZU	♥♠ マグマ ステップdeシェイブ 9:30~10:30 Maki <small>担当者内容変更</small>	♥♠ マグマヨーガ ヒーリングデトックス 9:30~10:30 MADOKA	♥♠ マグマヨーガ 骨盤調整 9:30~10:30 三浦 真紀	♥♠ SA-KO-TSUO マグマダイエット 9:30~10:30 Maki <small>内容変更</small>	♥♠ マグマde ビューティーケア 9:30~10:30 ayami	♥♠ マグマヨーガ デトックス 9:30~10:30 美香	9:00
10:00								
11:00	♥♠ マグマヨーガ 骨盤調整 11:00~12:00 三浦 真紀	♥♠ マグマヨーガ パワーエナジー 11:00~12:00 高橋 泉	♥♠ マグマファイト 11:00~12:00 MADOKA	♥♠ マグマ美脚ヨーガ 11:00~12:00 稲葉	♥♠ マグマヨーガ ヒーリングデトックス 11:00~12:00 KYOCO	♥♠ マグマ ステップdeシェイブ 11:00~12:00 ayami	♥♠ マグマ美脚 ヨーガ 11:00~12:00 美香 <small>内容変更</small>	11:00
12:00								
13:00	♥♠ 過替わり 13:00~14:00 kumiko <small>内容変更</small>	♥♠ 過替わり有酸素 13:00~14:00 MIDORI	♥♠ マグマヨーガ 骨盤調整 13:00~14:00 AKIKO	♥♠ マグマヨーガ ヒーリングデトックス 13:00~14:00 KAZU	♥♠ マグマ ストレッチベーシック 13:00~14:00 KYOCO	♥♠ マグマヨーガ デトックス 13:00~14:00 土師 恵	♥♠ マグマヨーガ ヒーリングデトックス 13:00~14:00 chiri	13:00
14:00	♥♠ マグマヨーガ リラックス 14:30~15:30 KYOCO	♥♠ マグマ ストレッチベーシック 14:30~15:30 MIDORI	♥♠ マグマヨーガ ヒーリングデトックス 14:30~15:30 ふみな	♥♠ マグマde ビューティーケア 14:30~15:30 chiri	♥♠ マグマピラティス 14:30~15:30 MIHO	♥♠ マグマヨーガ 骨盤調整 14:30~15:30 chiri	♥♠ マグマde ビューティーケア 14:30~15:30 chiri	14:00
15:00								
16:00		♥♠ マグマde ビューティーケア 16:00~17:00 TAKAKO	♥♠ マグマ リラクゼーション 16:00~17:00 mamiko			♥♠ マグマ リラクゼーション 16:00~17:00 mamiko	♥♠ マグマ ステップdeシェイブ 16:00~17:00 Maki	16:00
17:00								
18:00	♥♠ マグマボディケア スペシャル 17:30~18:30 相澤	♥♠ 美コア de バランス 17:30~18:30 Shizuka <small>担当者変更</small>	♥♠ マグマヨーガ デトックス 17:30~18:30 KAZU	♥♠ マグマヨーガ ヒーリングデトックス 17:30~18:30 美香	♥♠ マグマファイト 17:30~18:30 akino	♥♠ マグマヨーガ ヒーリングデトックス 17:30~18:30 Yuumi <small>内容変更</small>	♥♠ マグマヨーガ 骨盤調整 17:30~18:30 saori	18:00
19:00	♥♠ マグマ ビューティーシェイブ 18:45~19:45 相澤	♥♠ マグマヨーガ ヒーリングデトックス 18:45~19:45 SHIMA	♥♠ マグマヨーガ 骨盤調整 18:45~19:45 AKANE	♥♠ マグマ美脚ヨーガ 18:45~19:45 美香	♥♠ マグマde ビューティーケア 18:45~19:45 kumiko	♥♠ マグマヨーガ ベーシック 19:00~20:00 EMIJAY <small>担当者内容変更</small>	♥♠ マグマヨーガ ヒーリングデトックス 19:00~20:00 MIYAKO <small>内容変更</small>	19:00
20:00	♥♠ マグマde ビューティーケア 20:00~21:00 Maki	♥♠ マグマ美脚ヨーガ 20:00~21:00 KYOCO	♥♠ マグマヨーガ ヒーリングデトックス 20:00~21:00 AKANE	♥♠ マグマ ストレッチベーシック 20:00~21:00 nami	♥♠ 美コア de バランス 17:30~18:30 SAYO <small>担当者変更</small>	♥♠ マグマファイト 20:30~21:30 akino <small>担当者内容変更</small>	♥♠ マグマde ビューティーケア 20:30~21:30 MIYAKO <small>内容変更</small>	20:00
21:00		♥♠ マグマde ビューティーケア 21:15~22:15 KYOCO	♥♠ マグマヨーガ ベーシック 21:15~22:15 MIYAKO <small>担当者内容変更</small>	♥♠ マグマヨーガ ヒーリングデトックス 21:15~22:15 nami	♥♠ マグマヨーガ ルーシーダットン 21:15~22:15 RYU <small>担当者内容変更</small>			21:00
22:00								22:00

【プログラムご利用案内】

- ◇担当コンダクターが男性の場合もございますので、予めご了承くださいませ。
- ◇スケジュールはコンダクターの都合により、代行もしくは変更となる場合がございます。
- ◇レッスンのキャンセルは開始時刻3時間前までにご連絡ください。

【スタジオご利用案内】

- ◇他のお客様の場所取りはご遠慮ください。
- ◇バスタオルを敷いてご利用ください。
- ◇レッスン開始後のご入室はご遠慮いただいております。
- ◇プログラム終了後は速やかにご退出ください。

- ★ ♡♠ 初心者マーク：マグマスタジオでのレッスン受講が初めての方、または、しばらく運動をされていなかった方におススメのクラスです。
- ★ ♡♠ 男女混合レッスンマーク：こちらのクラスは男女混合レッスンのマークとなります。

【10月のお知らせ】

- ★10/4 (水)は短縮営業の為18:45~レッスン開始になりますのでご了承下さい。
- ★10/9(月)祝日の為16:00~レッスン増枠になります。是非ご参加下さい。

【ご予約】

insea 麹町店
TEL 03-3261-0333
〒102-0083
東京都千代田区麹町4-1
志村ビル3F

月 9:00~21:30
水・金 9:00~23:00
火・木 7:45~23:00
土・日 7:45~22:00

ご予約開始 毎月25日
(翌月1日~末日まで)