

チェックインは、レッスン開始時間の5分前までとなります。以降は受講いただけませんのでご了承ください。

	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	
8:00	♥♣ マグマヨーガ ヒーリングデトックス 8:00~9:00 三浦 真紀	♥♣ マグマストレッチ ベーシック 8:00~9:00 小川		♥♣ マグマボディケア スペシャル 8:00~9:00 三浦 真紀	♥♣ マグマ セラピーボール 8:00~9:00 Maki	♥♣ マグマピラティス 8:00~9:00 小川	♥♣ マグマ ヨーガデトックス 8:00~9:00 美香	8:00
9:00		♥♣ マグマ ステップdeシェイプ 9:30~10:30 Maki	♥♣ 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-TSU マグマダイエット 9:30~10:30 Maki	♥♣ マグマde ビューティーケア 9:30~10:30 ayami	♥♣ マグマヨーガ ベーシック 9:15~10:15 美香	9:00
10:00	♥♣ マグマヨーガ 骨盤調整 9:30~10:30 三浦 真紀						♥♣ マグマde ビューティーケア 10:30~11:30 Emiko	10:00
11:00	♥♣ マグマピラティス 11:00~12:00 MISUZU	♥♣ マグマヨーガ パワーエナジー 11:00~12:00 高橋 泉	♥♣ マグマリズム シェイプ 11:00~12:00 MADOKA	♥♣ マグマ ビューティーシェイプ 11:00~12:00 相澤	♥♣ 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シェイプ 11:00~12:00 ayami	♥♣ SA-KO-TSU マグマダイエット 11:45~12:45 Emiko	11:00
12:00								12:00
13:00	♥♣ マグマストレッチ ベーシック 13:00~14:00 NAOMI	♥♣ マグマ リラクゼーション 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de ビューティーケア 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								14:00
15:00	♥♣ マグマヨーガ リラックス 14:30~15:30 KYOCO	♥♣ マグマヨーガ ヒーリングデトックス 14:30~15:30 maco	♥♣ マグマ ボディスリム 14:30~15:30 TAKAKO	♥♣ マグマde ビューティーケア 14:30~15:30 Chiri	♥♣ マグマ美脚ヨーガ 14:30~15:30 Yuumi	♥♣ マグマヨーガ パワーエナジー 14:30~15:30 Chiri	♥♣ マグマ ボディスリム 14:30~15:30 Maki	15:00
16:00		♥♣ SA-KO-TSU マグマダイエット 16:00~17:00 TAKAKO	♥♣ マグマ ストレッチフロウ 16:00~17:00 mamiko			♥♣ マグマ リラクゼーション 16:00~17:00 mamiko	♥♣ マグマ ストレッチフロウ 16:00~17:00 Maki	16:00
17:00	♥♣ マグマボディケア スペシャル 17:30~18:30 相澤	♥♣ マグマヨーガ デトックス 17:30~18:30 taka	♥♣ マグマピラティス 17:30~18:30 ASAMI	♥♣ マグマヨーガ リラックス 17:30~18:30 美香	♥♣ マグマファイブ 17:30~18:30 akino	♥♣ マグマヨーガ 骨盤調整 17:30~18:30 Yuumi	♥♣ BBB マグマダイエット 17:30~18:30 Saori	17:00
18:00								18:00
19:00	♥♣ マグマ ビューティーシェイプ 18:45~19:45 相澤	♥♣ マグマde 美コアバランス 18:45~19:45 URARA	♥♣ マグマヨーガ 骨盤調整 18:45~19:45 RUI	♥♣ 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	♥♣ マグマファイブ 18:45~19:45 akino	♥♣ マグマヨーガ 骨盤調整 19:00~20:00 marina	19:00
20:00	♥♣ マグマヨーガ ベーシック 20:00~21:00 村田 智代美	♥♣ 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 RUI	♥♣ マグマヨーガ ヒーリングデトックス 20:00~21:00 nami	♥♣ マグマde 美コアシェイプ 中級 20:00~21:00 Akane	♥♣ マグマヨーガ デトックス 20:00~21:00 EMIJAY	♥♣ マグマヨーガ ヒーリングデトックス 20:30~21:30 marina	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 デトックス 21:15~22:15 HIYAMA	♥♣ マグマヨーガ 骨盤調整 21:15~22:15 marina	内容変更	♥♣ マグマヨーガ ルーシーダットン 21:15~22:15 RYU		21:00
22:00								22:00



初心者マーク: マグマスタジオでのレッスンが初めての方やしばらく運動をされていなかった方にオ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

【ご利用案内】

- ◇通常の定員数は12名とさせていただきます。
- ◇翌月分の予約開始日は毎月25日です。
- ◇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。
- ◇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。
- ◇予約の変更・キャンセルは必ずレッスン開始の2時間前までお願いいたします。
- ⇒キャンセル・変更に関する詳細はinseaHPをご確認ください。

★11月7日(水)はメンテナンス短縮日の為、18:45~レッスンスタートとなります。

Magmaspa studio insea 麹町店
〒102-0083

東京都千代田区麹町4-1 志村ビル3F

TEL 03-3261-0333

月 7:45~21:30

水 9:00~23:00

火・木・金・土 7:45~23:00

日 7:45~22:00

短縮営業日 毎月第1週水曜日

Facebook
【insea麹町店】
いね! をしてお得情報



LINE
【insea麹町店】
ID【@qrz6040W】



twitter
【マグマスパスタジオinsea】
フォローして予約状況をチェック♪

