



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
10	10:20~11:20 マグマヨーガ ヒーリング デトックス SATOMI (女性専用)	NEW 10:20~11:20 マグマヨーガ 骨盤調整 YUKINA	10:20~11:20 マグマヨーガ デトックス TOMOMI (女性専用)	10:20~11:20 マグマヨーガ ヒーリング デトックス TOMOMI	10:20~11:20 マグマヨーガ パワーエナジー SAYAKA (女性専用)	10:20~11:20 マグマde ビューティーケア TOMOMI (女性専用)	10:20~11:20 マグマストレッチ ベーシック TOMOKO
11						NEW 時間変更	
12	11:40~12:40 マグマストレッチ ベーシック TOMOKO	11:40~12:40 マグマヨーガ ヒーリング デトックス YUKINA (女性専用)	11:50~12:50 マグマヨーガ 骨盤調整 TOMOMI	11:50~12:50 マグマ ピラティス MAIKO (女性専用)	11:50~12:50 マグマヨーガ ヒーリング デトックス SAYAKA	11:40~12:40 マグマヨーガ 骨盤調整 RIRI	11:40~12:40 マグマヨーガ パワーエナジー RUIKA
13	13:00~14:00 マグマヨーガ ヒーリング デトックス KUMI	13:30~14:30 マグマ ピラティス RIKA (女性専用)	13:15~14:15 マグマストレッチ ベーシック MIHO	13:10~14:10 マグマヨーガ ヒーリング デトックス YUUKI (女性専用)	NEW 13:10~14:10 マグマヨーガ 骨盤調整 EMI	NEW 13:00~14:00 マグマヨーガ デトックス RIRI	13:10~14:10 マグマヨーガ ヒーリング デトックス RUIKA
14	14:30~15:30 マグマヨーガ パワーエナジー RINA		定員16名	14:30~15:30 マグマde ポディリセット YUUKI		14:20~15:20 マグマストレッチ ベーシック TOMOKO (女性専用)	NEW 14:50~15:50 マグマヨーガ デトックス HIROKO
15		15:00~16:00 マグマde ビューティーケア RIKA (女性専用)	14:45~15:30 ステップdeシェイプ MIHO		15:00~16:00 マグマヨーガ パワーエナジー KUMI		
16		定員16名	スタジオ メンテナンス作業	スタジオ メンテナンス作業	NEW 16:20~17:20 マグマヨーガ デトックス HIROKO	15:40~16:40 マグマヨーガ パワーエナジー SATOMI	16:10~17:10 マグマde ポディリセット MIHO
17	スタジオ メンテナンス作業	スタジオ メンテナンス作業	29日は時間変更 17:00~18:00となります。	NEW		NEW 17:00~18:00 マグマヨーガ 骨盤調整 MIHO	定員16名 17:30~18:15 週替レッスン MIHO
18		定員16名	18:00~19:00 マグマヨーガ ヒーリング デトックス YUKA	18:00~19:00 マグマヨーガ 骨盤調整 RIRI (女性専用)	18:00~19:00 マグマ ピラティス RIKA (女性専用)	18:20~19:20 マグマストレッチ ベーシック MIHO	5日・19日ステップdeシェイプ 12日・26日 筋コンディショニング
19	NEW 19:30~20:30 マグマヨーガ 骨盤調整 RIRI (女性専用)	18:45~19:30 ステップdeシェイプ RUIKA	定員16名	19:20~20:20 マグマヨーガ パワーエナジー RUIKA	スタジオ メンテナンス作業		スタジオ メンテナンス作業
20		20:00~21:00 マグマヨーガ ヒーリング デトックス SANA	1日・15日ステップdeシェイプ 8日・22日筋コンディショニング 29日休講		NEW 20:00~21:00 マグマヨーガ デトックス YUKA (女性専用)	スタジオ メンテナンス作業	
21	NEW 21:00~22:00 マグマヨーガ デトックス RIRI	21:20~22:20 マグマde ビューティーケア RUIKA (女性専用)	20:45~21:45 マグマde ポディリセット SACHIKO 29日休講	20:40~21:40 マグマストレッチ ベーシック RUIKA	NEW 21:30~22:30 マグマヨーガ 骨盤調整 RIRI		
22							

各レッスン予約制となっております。

 は初心者の方でもお受けできるレッスンとなります。

 は女性専用のクラスとなります。男性の方はお受け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。

NEW は4月クラスより骨盤調整、デトックスクラスの内容がバージョンアップ致しました！！

時間変更・クラス変更のクラスがございます！ご確認ください！！