

時間	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日		時間
	マグマスタジオ	常温スタジオ	マグマスタジオ	常温スタジオ	マグマスタジオ	常温スタジオ	マグマスタジオ	常温スタジオ	マグマスタジオ	常温スタジオ	マグマスタジオ	常温スタジオ	マグマスタジオ	常温スタジオ	
<b>レッスン開始後は途中入室が出来ません。開始時刻までにスタジオへお入りください。</b>															
10:00		10:15~11:15 朝ヨガ 辻田													10:00
11:00	11:00~12:00 マグマヨガ 阪谷				10:30~11:30 マグマヨガ 野口	11:00~12:00 お腹引き締め ヨガ 中西	11:00~12:00 マグマテトックス 細谷	11:00~12:00 爽快ヨガ 山村					10:30~11:30 ベーシック ヨガ 平野(真)		11:00
12:00		11:30~12:30 リフレッシュヨガ 平野(律)										11:45~12:45 マグマヨガストレッチ 平野(真)	12:00~13:00 フィットネス ボクササイズ 塩尻		12:00
13:00	13:00~14:00 マグマストレッチ 平野(律)	13:30~14:30 チャクラヨガ chie			12:30~13:30 セルフハンドマッ サーズ&ヨガ 石田	13:00~14:00 スローフロー ヨガ 今井	12:30~13:30 マグマヨガ 山村	12:30~13:30 グラビティヨガ 阪谷							13:00
14:00												13:15~14:15 マグマピラティス 塩尻	13:30~14:30 楽しむダンス 辻田		14:00
15:00		15:00~16:00 サーキット& ポディーシェイプ 辻田						14:30~15:30 陰ヨガ 平尾							15:00
16:00	16:00~17:00 ハッピーコロ コロ笑いヨガ 沼田		通常通り		15:30~16:30 ハッピーコロ コロ笑いヨガ 沼田	15:30~16:30 パレトン 橋本	15:45~16:45 マグマテトックス 沼田	15:45~16:45 ハッピーコロ コロ笑いヨガ 沼田	15:45~16:45 リストラティ ブヨガ 辻田			15:00~15:30 マグマヨガショート①			16:00
17:00															17:00
18:00															18:00
19:00	19:00~19:30 マグマヨガショート	19:00~20:00 ポティリセットヨガ 松下 くるみ				18:45~19:45 ヒーリングヨガ 塩尻			17:00~18:00 マグマテトックス 沼田				17:00~18:00 シェイプアップ ヨガ 黄		19:00
20:00															20:00
21:00	20:15~21:15 骨盤調整 マグマヨガ 松下	20:15~21:15 リラックス& ヨガニドラ ゆうこ			20:00~21:00 夜のマグマヨガ 吉成	20:15~21:15 ピラティス 齋藤(恵)	20:15~21:15 マグマきれいヨガ 塩尻	20:15~21:15 夜のスロー フローヨガ 今井							21:00
スクールスケジュールの見方      営業時間															
		11:00~12:00	時間	月~金	10:00~22:00										
		ヨガ	レッスン名	土日・祝	10:00~19:00										
		伊藤	インストラクター												
休館日は、年間スケジュールをご確認ください。															

- レッスン開始後の途中入室・途中退室は、他のお客様のご迷惑となりますのでご注意ください。万が一、体調がすぐれない場合は、スタッフまでお声掛けください。
- 完全予約制でございます。より多くの方にご参加いただく為、欠席される場合はレッスン開始1時間前までにご連絡をお願い致します。
- マグマスタジオ・常温スタジオともに、レッスン開始10分前から入室が可能です。レッスン参加時は、蓋付きボトルのお飲み物を忘れずお持ちください。
- インストラクターの都合により、レッスン内容や担当者の変更を行う場合がございます。館内掲示POP・ネット予約画面にてご確認ください。