

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	
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。															
10:00															10:00
11:00	11:00~12:00 マグマヨガ 坂上	10:15~11:15 朝ヨガ 辻田	10:30~11:30 New! マグマ美尻メイク 絵里奈	10:15~11:15 New! ハタヨガ ベーシック 峰松	10:30~11:30 美姿勢マグマヨガ F. MIKA	11:00~12:00 プリーズヨガ (呼吸と動きの運動) 中西	10:45~11:45 New! マグマデトックス 定國	10:30~11:30 New! 爽快ヨガ 山村	10:30~11:30 New! マグマリラックス 絵里奈	10:30~11:30 ヒーリング ヨガ mayu	11:00~12:00 マグマストレッチ 山村	10:30~11:30 ベーシック ヨガ 平野真知子	11:00~12:00 ヒーリング ハタヨガ 松下 潤子	11:00	
12:00		11:30~12:30 リフレッシュヨガ 平野律子		12:00~13:00 ZUMBA 絵里奈	12:30~13:30 マグマリラックスヨガ 石田		12:15~13:15 マグマアクティブ 山村	12:30~13:30 グラビティヨガ 飯谷	12:30~13:30 マグマ美尻メイク 絵里奈	13:00~14:00 ベリーダンス 美波	12:00~13:00 New! 姿美人ピラティス 塩尻	11:30~12:30 マグマアクティブ 山村		12:00	
13:00	13:00~14:00 マグマストレッチ 平野律子	13:30~14:30 ハタヨガ chie		13:30~14:30 New! コアティス 加谷		13:00~14:00 スローフロー ヨガ 今井					13:15~14:15 マグマピラティス 塩尻		13:00~14:00 パワーヨガ 山村	13:00	
14:00										14:15~14:45 New! 体幹引き締めEX 担当:KAHO	14:30~15:30 ピラティス 斉藤夏子		14:15~15:15 New! マグマピラティス 吉成	14:30~15:30 爽快ヨガ 山村	14:00
15:00			15:00~16:00 New! マグマコアティス 加谷		15:00~16:00 マグマデトックス 沼田	15:30~16:30 New! ①バレトン ②フリースタイルダンス ~初級編~		14:30~15:30 コアティス 加谷		15:45~16:45 ベーシック ヨガ 平野真知子	15:00~16:00 New! ウィークエンド リラックスヨガ ゆうこ	15:45~16:45 New! マグマストレッチ sae		15:00	
16:00	16:00~17:00 マグマデトックス 沼田	16:30~17:30 カキラ Makiko		17:00~18:00 マグマヨガ Rie				17:00~18:00 マグマデトックス 沼田			16:30~17:30 マグマリラックスヨガ ゆうこ		17:00~18:00 シェイプアップヨガ 黄	16:00	
17:00														17:00	
18:00	18:00~18:30 リラックスヨガ													18:00	
19:00														19:00	
20:00														20:00	
21:00														21:00	

- 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遠慮ください。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。

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。

