

マグマスタジオ12月

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | | |
|-------|---|--|---|---|---|--|---|---|-------|
| 7:45 | ◆ 今月の休館日 → 12月22日 (金) | | | | | | | | |
| 8:00 | 8:15～9:15 ビューティー デトックスヨガ aya ★★★ | New 8:15～9:15 ビューティー フローヨガ aya ★★ | 8:15～9:15 朝ヨガ AKIKO ★★ | 8:15～9:15 モーニング デトックスヨガ aya ★★★ | 8:15～9:15 ビューティー バレエストレッチ まりな ★★ | New 8:30～9:30 ビューティー デトックスヨガ aya ★★★ | New 8:30～9:30 ベーシックストレッチ Lily ★ | 8:15 8:30 9:00 | |
| 9:00 | 9:30～10:30 ルーシーダットン &ヨガ 野島裕子 ★ | 9:30～10:20 ビューティー キックボクシング byバンゲリングベイ ★★★★ (50分間のクラスです) | 9:30～10:30 ビューティー ピラティス ナナ ★★★★ | New 9:30～10:30 美姿勢トレーニング 本間洋平 ★★★★ | New 9:30～10:30 ビューティー フローヨガ aya ★★ | 10:00～11:00 ベーシックヨガ AKIKO ★ | 10:00～11:00 ビューティー 美脚ストレッチ kayano ★★ | 10:00 | |
| 10:00 | 11:00～12:00 ビューティー ダイエットヨガ 奈奈 ★★ | 11:00～12:00 体幹トレーニング (ラクダ) keiko ★★ | New 11:00～12:00 美脚&美尻 トレーニング byバンゲリングベイ ビューティー ★★ | 11:00～12:00 フロールーシー (タイ式ヨガ) Meg. ★★ | 11:00～12:00 ベーシックヨガ FUMI ★ | | | 11:00 | |
| 12:00 | 12:45～13:45 ピラティス YUKA ★★★★ | 12:45～13:45 ルーシーダットン (タイ式ヨガ) Meg. ★★ | 12:45～13:45 ビューティー ダイエットヨガ michi ★★ | 12:45～13:45 ビューティー ダイエットヨガ AYU ★ | New 12:45～13:45 美脚トレーニング YUKA ★★★★ | 12:00～13:00 フロールーシー (タイ式ヨガ) Meg. ★★ | 12:00～13:00 ビューティー ダイエットヨガ ASAKO ★★ | 12:00 | |
| 13:00 | | | | | | New 13:30～14:30 オリジナルヨガ 2.9.16 MAKI 23.30 奈奈 ★★ | 13:30～14:30 美トレ(体幹) 本間洋平 ★★★★ | 13:00 | |
| 14:00 | 14:30～15:30 ビューティー フローヨガ keiko ★★ | 14:30～15:30 リズム&ステップ kayano ★★★★ | 14:30～15:30 美骨盤調整ヨガ Rie ★ | 14:30～15:30 ビューティー フローヨガ chihana ★★ | 14:30～15:30 体幹トレーニング (ラクダ) keiko ★★ | | | 14:00 | |
| 15:00 | New 16:15～17:15 ビューティー 美脚ストレッチ kayano ★★ | New 16:15～17:15 美脚&美尻 トレーニング byバンゲリングベイ ビューティー ★★★★ | New 16:15～17:15 ビューティー フローヨガ aya ★★ | 16:15～17:15 美骨盤調整ヨガ FUMI ★ | 16:15～17:15 ハリウッド マグマヨガ Rin ★★ | New 15:30～16:30 ビューティー フローヨガ 明日美 ★ | New 15:30～16:30 美脚&美尻 トレーニング byバンゲリングベイ ビューティー ★★★★ | 15:00 | |
| 16:00 | | | | | | 17:00～18:00 美骨盤調整ヨガ chihana ★★★★ | 17:00～18:00 美骨盤調整ヨガ yuki ★ | 16:00 | |
| 17:00 | 17:45～18:45 マグマパーソナル& 溶岩浴タイム | 17:45～18:45 マグマパーソナル& 溶岩浴タイム | 17:45～18:45 マグマパーソナル& 溶岩浴タイム | 17:45～18:45 マグマパーソナル& 溶岩浴タイム | 17:45～18:45 マグマパーソナル& 溶岩浴タイム | | | 17:00 | |
| 18:00 | 時間が変更になっております！お間違えなく！ | | | | | | 18:30～19:30 ハリウッド マグマヨガ Rin ★★ | 18:30～19:30 ビューティーシェイプ 中島史恵 ★★★★ | 18:00 |
| 19:00 | New 19:15～20:15 ビューティー ダイエットヨガ aya ★★ | 19:15～20:15 ビューティー ダイエットヨガ 明日美 ★★ | 19:15～20:15 経絡ヨガ 奈奈 ★★ | 19:15～20:15 ビューティー ピラティス ナナ ★★★★ | 19:15～20:15 美骨盤調整ヨガ FUMI ★★ | | | 19:00 | |
| 20:00 | 20:30～21:30 美骨盤調整ヨガ Yuni ★ | 20:30～21:30 マインドフルネス ヨガ 水野英美 ★ | New 20:30～21:30 ビューティー フローヨガ yuki ★★ | 20:30～21:30 夜ヨガ 野島裕子 ★ | 20:30～21:30 リズム&ステップ AKEMI ★★★★ | ◆ご予約開始日◆ 毎月25日 (翌月1日～15日) 毎月10日 (当月16日～末日) | | 20:00 | |
| 21:00 | | | | | | | | 21:00 | |
| 22:00 | | | | | | | | 22:00 | |

店頭・お電話で受付致します。マグマパーソナルは前週水曜までに要予約。溶岩浴は毎週日曜から翌週予約開始。また当日キャンセルは全額負担とさせていただきますのであらかじめご了承ください。

【avity代官山 マグマスタジオ 12月代行・休講】

| 代行日 | 時間 | 代行前カテゴリー | インストラクター | | 代行後カテゴリー | インストラクター |
|-------|-------|---------------|----------|---|-------------------|----------|
| 12/3 | 10:00 | 美脚ストレッチ | kayano | → | フロールーシー | Meg. |
| 12/7 | 12:45 | ビューティーダイエットヨガ | AYU | → | ビューティーダイエットヨガ | yoshiko |
| 12/4 | 19:15 | ビューティーダイエットヨガ | aya | → | ビューティーストレッチ | michi |
| 12/5 | 8:15 | ビューティーフローヨガ | aya | → | 朝ヨガ | AYU |
| 12/6 | 16:15 | ビューティーフローヨガ | aya | → | ビューティーフローヨガ | FUMI |
| 12/7 | 8:15 | モーニングデトックスヨガ | aya | → | モーニングデトックスヨガ | FUMI |
| 12/8 | 9:30 | ビューティーフローヨガ | aya | → | ビューティーコンディショニングヨガ | 奈奈 |
| 12/9 | 8:30 | ビューティーデトックスヨガ | aya | → | ビューティダイエットヨガ | yoshiko |
| 12/13 | 19:15 | 経絡ヨガ | 奈奈 | → | ビューティーリラックスヨガ | michi |
| 12/14 | 12:45 | ビューティーダイエットヨガ | AYU | → | ビューティーダイエットヨガ | yoshiko |
| 12/16 | 13:30 | オリジナルヨガ | maki | → | スローフローヨガ | miyon |
| 12/18 | 11:00 | ビューティーダイエットヨガ | 奈奈 | → | ビューティダイエットヨガ | aya |
| 12/19 | 20:30 | マインドフルネスヨガ | 水野英美 | → | ビューティーリラックスヨガ | chihana |

マグマスタジオ1月

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | |
|-------|--|--|--|---|---|--|---|----------------------|
| 7:45 | ◆ 今月の休館日 → 1月22日 (月) | | | | | | | |
| 8:00 | 8:15～9:15 ビューティー デトックスヨガ aya ★★★ | 8:15～9:15 ビューティー フローヨガ aya ★★ | 8:15～9:15 朝ヨガ AKIKO ★★ | 8:15～9:15 モーニング デトックスヨガ aya ★★★ | 8:15～9:15 ビューティー バレエストレッチ まりな ★★ | 8:30～9:30 ビューティー デトックスヨガ aya ★★★ | 8:30～9:30 ベーシックストレッチ Lily ★ | 8:15 8:30 9:00 |
| 9:00 | 9:30～10:30 ルーシーダットン &ヨガ 野島裕子 ★ | 9:30～10:20 ビューティー キックボクシング byバンゲリングベイ ★★★★ (50分間のクラスです) | 9:30～10:30 ビューティー ピラティス ナナ ★★★★ | 9:30～10:30 美姿勢トレーニング 本間洋平 ★★★★ | 9:30～10:30 ビューティー フローヨガ aya ★★ | 10:00～11:00 ベーシックヨガ AKIKO ★ | 10:00～11:00 ビューティー 美脚ストレッチ kayano ★★ | 10:00 |
| 10:00 | | | | | | | | |
| 11:00 | 11:00～12:00 ビューティー ダイエットヨガ 奈奈 ★★ | 11:00～12:00 体幹トレーニング (ラクダ) keiko ★★ | New! 11:00～12:00 ザウルス式 マグマストレッチ byバンゲリングベイ ビューティー ★★★★ | 11:00～12:00 ビューティー フローヨガ Tomomi ★★ | 11:00～12:00 ベーシックヨガ FUMI ★ | | | 11:00 |
| 12:00 | | | | | | 12:00～13:00 フロールーシー (タイ式ヨガ) Meg. ★★ | 12:00～13:00 ビューティー ダイエットヨガ ASAKO ★★ | 12:00 |
| 13:00 | 12:45～13:45 ピラティス YUKA ★★★★ | 12:45～13:45 ルーシーダットン (タイ式ヨガ) Meg. ★★ | 12:45～13:45 ビューティー ダイエットヨガ michi ★★ | 12:45～13:45 ビューティー ダイエットヨガ AYU ★ | 12:45～13:45 美脚トレーニング YUKA ★★★★ | | | 13:00 |
| 14:00 | | | | | | 13:30～14:30 オリジナルヨガ MAKI ★★ | 13:30～14:30 美トレ(体幹) 本間洋平 ★★★★ | 14:00 |
| 15:00 | New 14:30～15:30 美骨盤調整ヨガ keiko ★ | 14:30～15:30 リズム&ステップ kayano ★★★★ | 14:30～15:30 美骨盤調整ヨガ Rie ★ | 14:30～15:30 ビューティー フローヨガ chihana ★★ | 14:30～15:30 体幹トレーニング (ラクダ) keiko ★★ | | | 15:00 |
| 16:00 | | | | | | 15:30～16:30 ビューティー フローヨガ 明日美 ★ | New 15:30～16:30 ザウルス式 マグマストレッチ byバンゲリングベイ ビューティー ★★★★ | 16:00 |
| 17:00 | 16:15～17:15 ビューティー 美脚ストレッチ kayano ★ | New! 16:15～17:15 ザウルス式 マグマストレッチ byバンゲリングベイ ビューティー ★★★★ | 16:15～17:15 ビューティー フローヨガ aya ★★ | 16:15～17:15 美骨盤調整ヨガ FUMI ★ | 16:15～17:15 ハリウッド マグマヨガ Rin ★★ | | | 17:00 |
| 18:00 | | | | | | 17:00～18:00 美骨盤調整ヨガ chihana ★★★★ | 17:00～18:00 美骨盤調整ヨガ yuki ★ | 17:00 |
| 18:00 | 店頭・お電話で受付致します。マグマパーソナルは前週水曜までに要予約。溶岩浴は毎週日曜から翌週予約開始。また当日キャンセルは全額負担とさせていただきますのであらかじめご了承ください。 | | | | | | | |
| 19:00 | 19:15～20:15 ビューティー ダイエットヨガ aya ★★ | 19:15～20:15 ビューティー ダイエットヨガ 明日美 ★★ | 19:15～20:15 経絡ヨガ 奈奈 ★★ | 19:15～20:15 ビューティー ピラティス ナナ ★★★★ | 19:15～20:15 美骨盤調整ヨガ FUMI ★★ | | | 19:00 |
| 20:00 | | | | | | | | |
| 21:00 | 20:30～21:30 美骨盤調整ヨガ Yuni ★ | 20:30～21:30 マインドフルネス ヨガ 水野英美 ★ | 20:30～21:30 ビューティー フローヨガ yuki ★★ | 20:30～21:30 夜ヨガ 野島裕子 ★ | 20:30～21:30 リズム&ステップ AKEMI ★★★★ | ◆ご予約開始日◆ 毎月25日 (翌月1日～15日) 毎月10日 (当月16日～末日) | | 21:00 |
| 22:00 | | | | | | | | 22:00 |

【avity代官山 マグマスタジオ 1月代行・休講】

| 代行日 | 時間 | 代行前カテゴリー | インストラクター | | 代行後カテゴリー | インストラクター |
|------|-------|------------|----------|---|----------------|----------|
| 1/6 | 13:30 | オリジナルヨガ | MAKI | → | ベーシックヨガ | yoshiko |
| 1/14 | 8:30 | ベーシックストレッチ | Lily | → | フロールーシー(タイ式ヨガ) | Meg. |
| 1/14 | 18:30 | ビューティーシェイプ | 中島史恵 | → | ビューティーピラティス | Tomomi |
| 1/27 | 17:00 | 美骨盤調整ヨガ | chihana | → | 経絡ヨガ | 奈奈 |
| 1/28 | 17:00 | 美骨盤調整ヨガ | yuki | → | 美骨盤調整ヨガ | Asako |
| | | | | | | |