

マグマスタジオ2月

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-------|---|---|---|--|---|---|---|
| 7:45 | ◆ 今月の休館日 → 2月28日(水) ※2月のみ22日は通常営業致します。 | | | | | | |
| 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 ★ |
| 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/バンダリングベイ ★★★★ (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 美脚ストレッチ kayano ★★ |
| 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/バンダリングベイ ビューティー ★★★★ | New! 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 ★ | | |
| 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 ★★ |
| 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 ★★★★ | 13:30～14:30 オリジナルヨガ MAKI ★★ | 13:30～14:30 美トレ(体幹) 本間洋平 ★★★★ |
| 14:00 | 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 ★★ | | New! 15:30～16:30 ザウルス式 マグマストレッチ by/バンダリングベイ ビューティー ★★★★ |
| 15:00 | | New! 16:15～17:15 ビューティー 美脚ストレッチ kayano ★★ | 16:15～17:15 ザウルス式 マグマストレッチ by/バンダリングベイ 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 ★★ | |
| 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 ★ |
| 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 | | |
| 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頂いておりますのであらかじめご了承ください。 | | | | | 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 ★★★★ |
| 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 ★★ | | |
| 20:00 | | | | | | ◆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 | 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 水野美美 ★ | 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 ★★★★ | | |
| 22:00 | | | | | | | |

【avityマグマ 2月代行・休講】

| 代行日 | 時間 | 代行前カテゴリ | インストラクター | | 代行後カテゴリ | インストラクター |
|------|-------|---------------|----------|---|-------------|----------|
| 2/1 | 12:45 | ビューティーダイエットヨガ | AYU | → | フロールーシー | Meg. |
| 2/3 | 13:30 | オリジナルヨガ | maki | → | ベーシックヨガ | miyon |
| 2/4 | 10:00 | ビューティー美脚ストレッチ | kayano | → | フロールーシー | Meg. |
| 2/4 | 17:00 | 美骨盤調整ヨガ | yuki | → | ビューティーフローヨガ | miyon |
| 2/7 | 20:30 | ビューティフローヨガ | yuki | → | ビューティーフローヨガ | miyon |
| 2/9 | 19:15 | 美骨盤調整ヨガ★★ | FUMI | → | 骨盤調整ルーシー ★ | Meg. |
| 2/10 | 10:00 | ベーシックヨガ | AKIKO | → | ベーシックヨガ | miyon |
| 2/17 | 18:30 | ハリウッドマグマヨガ | Rin | → | ビューティダイエット | AYU |
| 2/21 | 20:30 | ビューティフローヨガ | yuki | → | ビューティフローヨガ | 奈奈 |
| 2/23 | 16:15 | ハリウッドマグマヨガ | Rin | → | ビューティダイエット | AYU |
| 2/24 | 18:30 | ハリウッドマグマヨガ | Rin | → | ビューティダイエット | AYU |
| 2/25 | 17:00 | 美骨盤調整ヨガ | yuki | → | ビューティフローヨガ | miyon |



●ご予約・お問い合わせ
03-6416-0625

【営業時間】月～金 8:00～22:15 / 土日 8:15～20:15
祝日 8:00～20:45

(電話受付終了は、閉店時間の15分前です。)

※祝日は、マグマ・暖スタそれぞれの最終レッスンをクローズとなります。

♥プログラムについて♥

★は強度です。

インストラクターにより多少強度が変わるプログラムもございます。

♥代行について♥

代行情報はHPに
掲載いたします。

当日・前日の緊急代行は
お電話にてお知らせいたします。

マグマスタジオ3月

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | |
|-------|---|---|---|---|---|--|--|-------|
| 7:45 | | | ◆ 今月の休館日 → 3月22日 (木) | | | | | |
| 8:00 | | | | | | | | 8:15 |
| | 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 ★ | 8:30 |
| 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 | | | | | | 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 |
| 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 ★★ | 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 フローラーシー (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 | 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 美脚トレーニング emi ★★★★ | 16:00 |
| 17:00 | 16:15～17:15 ビューティー 美脚ストレッチ kayano ★★ | 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 ベーシックヨガ FUMI ★★ | 16:15～17:15 ハリウッド マグマヨガ Rin ★★ | | | 17:00 |
| 18:00 | 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 美骨盤調整ヨガ chihana ★★★★ | 17:00～18:00 美骨盤調整ヨガ yuki ★ | 18:00 |
| 19:00 | 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頂いておりますのであらかじめご了承ください。 | | | | | 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 ★★★★ | 19:00 |
| 20:00 | 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 ベーシックヨガ FUMI ★★ | | | |
| 21:00 | 20:30～21:30 美骨盤調整ヨガ Yumi ★ | 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マグマ 3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 |
|------|-------|---------------|----------|---|----------------|----------|
| 3/1 | 14:30 | ビューティーフローヨガ | chihana | → | ビューティーフローヨガ | FUMI |
| 3/2 | 12:45 | 美脚トレーニング★★★ | YUKA | → | 美骨盤調整ヨガ★★ | Rie |
| 3/3 | 17:00 | 美骨盤調整ヨガ | chihana | → | 美骨盤調整ヨガ | mayumi |
| 3/3 | 8:30 | ビューティーデトックスヨガ | aya | → | ビューティーデトックスヨガ | AYU |
| 3/4 | 18:30 | ビューティーシェイプ | 中島史恵 | → | 経絡ヨガ | 奈奈 |
| 3/5 | 14:30 | 美骨盤調整ヨガ | Keiko | → | ビューティーリラックスヨガ | michi |
| 3/5 | 8:15 | ビューティーデトックスヨガ | aya | → | ビューティーバレエストレッチ | まりな |
| 3/5 | 19:15 | ビューティーダイエットヨガ | aya | → | ビューティーダイエットヨガ | miyon |
| 3/5 | 20:30 | 美骨盤調整ヨガ | yuni | → | 美骨盤調整ヨガ | Asako |
| 3/6 | 8:15 | ビューティーフローヨガ | aya | → | ビューティーダイエットヨガ | AYU |
| 3/10 | 17:00 | 美骨盤調整ヨガ | chihana | → | 美骨盤調整ヨガ | mayumi |
| 3/10 | 8:30 | ビューティーデトックスヨガ | aya | → | ビューティーデトックスヨガ | miyon |
| 3/10 | 12:00 | フロールーシー | Meg. | → | ビューティーダイエットヨガ | AYU |
| 3/11 | 10:00 | ビューティー美脚ストレッチ | kayano | → | フロールーシー | Meg. |
| 3/11 | 18:30 | ビューティーシェイプ | 中島史恵 | → | 経絡ヨガ | 奈奈 |
| 3/17 | 8:30 | ビューティーデトックスヨガ | aya | → | ビューティーデトックスヨガ | miyon |
| 3/18 | 15:30 | 美尻ヨガ | emi | → | ビューティーリラックスヨガ | michi |
| 3/18 | 17:00 | 美骨盤調整ヨガ | yuki | → | 美骨調整ヨガ | mayumi |
| 3/18 | 8:30 | ベーシックストレッチ | Lily | → | ビューティーダイエットヨガ | AYU |
| 3/20 | 19:15 | ビューティーダイエットヨガ | 明日美 | → | ビューティーダイエットヨガ | chihana |
| 3/21 | 19:15 | 経絡ヨガ | 奈奈 | → | ビューティーダイエットヨガ | AYU |
| 3/24 | 13:30 | オリジナルヨガ | maki | → | ベーシックヨガ | miyon |
| 3/25 | 15:30 | 美尻ヨガ | emi | → | ビューティーダイエットヨガ | AYU |
| 3/26 | 9:30 | ルーシーダットン&ハタヨガ | 野島 裕子 | → | ビューティーダイエットヨガ | AYU |
| 3/28 | 9:30 | ビューティーピラティス | ナナ | → | ビューティーダイエットヨガ | AYU |