

	月	火	水	木	金	土	日
10:00							
15							
30	マグマヨーガ デトックス 10:30~11:30 Kimie	マグマヨーガ ベーシック 10:30~11:30 大貫晴子	マグマヨーガ リラックス 10:30~11:30 Kimie		マグマヨーガ ベーシック 11:00~12:00 MIKA	マグマヨーガ 骨盤調整 10:30~11:30 Yuumi	マグマヨーガ デトックス 10:30~11:30 AIRI
45							
11:00							
15							
30							
45							
12:00	マグマ ピラティス 12:00~13:00 大貫晴子	マグマヨーガ リラックス 12:00~13:00 大貫晴子	トータルリカバリー ×美骨Motion 12:00~13:00 MIKA			マグマヨーガ ベーシック 12:00~13:00 Yuumi	マグマヨーガ 骨盤調整 12:00~13:00 AIRI
15							
30							
45							
13:00							
15							
30	SQUEEZE YOGA 13:30~14:30 MIKA	マグマヨーガ 骨盤調整 13:30~14:30 竹花佐智子	マグマヨーガ デトックス 13:30~14:30 房枝		マグマヨーガ 骨盤調整 13:30~14:30 宮崎紗衣	マグマヨーガ リラックス 13:30~14:30 長嶋なな美	トータルリカバリー ×美骨Motion 13:30~14:30 MIKA
45							
14:00							
15							
30	マグマヨーガ デトックス 15:00~16:00 浜口奈月	PILATES BODYMAKE 15:30~16:30 高橋幸子	マグマヨーガ ベーシック 15:00~16:00 hitomi		マグマヨーガ リラックス 15:00~16:00 高橋幸子	トータルリカバリー ×美骨Motion 15:00~16:00 兵藤明日香	SQUEEZE YOGA 15:00~16:00 MIKA
45							
16:00							
15							
30	トータルリカバリー ×美骨Motion 16:30~17:30 宮崎紗衣		F-body 17:00~18:00 宮崎紗衣		マグマヨーガ デトックス 16:45~17:45 添田美帆	F-body 16:30~17:30 兵藤明日香	マグマヨーガ デトックス 16:30~17:30 kimie
45							
17:00							
15							
30							
45							
18:00							
15							
30							
45	PILATES BODYMAKE 18:45~19:45 MIKA	マグマヨーガ デトックス 18:45~19:45 小倉敬子	マグマヨーガ 骨盤調整 18:45~19:45 鈴木まり子		マグマヨーガ リラックス 19:00~20:00 増井久美子	Functional sequence yoga 18:00~19:00 小倉敬子	マグマヨーガ ベーシック 18:00~19:00 kimie
19:00							
15							
30							
45							
20:00							
15	Care Yoga 20:15~21:15 鈴木まり子	Mind Flow Yoga 20:15~21:15 小倉敬子	マグマヨーガ デトックス 20:15~21:15 鈴木まり子		F-Body 20:30~21:30 本澤優里花	マグマヨーガ リラックス 19:30~20:30 小倉敬子	
30							
45							
21:00							
15							
30							
45							
22:00							
15							
30							
45							

デトックス	リラックス	機能改善	ボディメイク	脂肪燃焼	その他
-------	-------	------	--------	------	-----

- 都合によりスケジュールや担当者は変更になる場合があります。
- 祝日は特別スケジュールとなります。
- レッスンは全て完全予約制となっております。