

# 2019.5

# MAGMA STUDIO OnDo

9:00	月	火	水	木	金	土	日	9:00	
10:00			9:30~10:30 朝ヨガ (肩こりほぐし) Ayu	9:30~10:30 朝ヨガ (月) tomo	9:30~10:30 朝ヨガ (セルフケア) tomo			10:00	
11:00	10:00~11:00 マグマリラックス タイ式ヨガ 布施 勇姫	10:30~11:30 マグマ骨盤キュート 布施 勇姫 定員10名		11:00~12:00 マグマやすらぎのヨガ 山本 麻紀子	11:00~12:00 マグマスローフローヨガ Rika	10:00~11:00 マグマBOSU ボディメイク tomo 定員10名	10:00~11:00 マグマハイパーダイエット 蛭沢(12日.26日) 川端(19日)	11:00	
12:00						11:30~12:30 マグマ和みヨガ Saya	11:30~12:30 優しいピラティス 小林 貴美子	12:00	
13:00	12:00~13:00 マグマ アンチエイジングヨガ Ayu	12:00~13:00 マグマピラティス 布施 勇姫	12:30~13:30 マグマ中医学ヨガ Rika	12:30~13:30 マグマ美尻ヨガ Saya				13:00	
14:00	13:30~14:30 マグマ心身 リラクソスヨガ Ayu	13:30~14:30 マグマごろ寝ヨガ Saya	14:00~15:00 マグマ心身 リフレッシュヨガ Yukimi	14:00~15:00 マグマごろ寝ヨガ Saya	13:30~14:30 マグマ アンチエイジングヨガ Ayu	13:00~14:00 お腹凹むステップ 佐々木 則子 定員10名	13:00~14:00 マグマコア美人 布施 勇姫	14:00	
15:00						14:30~15:30 マグマ陰陽ヨガ 川端 倫子	14:30~15:30 マグマリラックス タイ式ヨガ 布施 勇姫	15:00	
16:00			<b>溶岩浴利用(60分)</b> <b>会員1,080円・一般1,620円</b> 月 15:00~18:00 水・木 15:30~18:00 金 15:00~18:00					16:00	
17:00							16:00~17:00 LES MILLS BODYBALANCE tomo	16:00~17:00 マグマ肩こりほぐしヨガ Ayu	17:00
18:00								<b>5月休館日</b> <b>3日(金).4日(土).5日(日)・15日(水)</b> <b>月短縮営業日</b> <b>1日(水).2日(木).6日(月)</b> ※📍は、初めての方におすすめの 内容になっております。 ※スケジュールは予告なく変更させて 頂く場合がございます。	
19:00	18:30~19:30 マグマ和みヨガ Saya	18:30~19:00 LES MILLS BODYBALANCE tomo (常温)	18:30~19:30 マグマ陰ヨガ tomo	18:30~19:30 マグマ アンチエイジングヨガ Ayu	18:30~19:30 マグマ心身 リラクソスヨガ Ayu			19:00	
20:00								20:00	
21:00	20:00~21:00 マグマ美Body Saya 定員10名	20:00~21:00 LES MILLS BODYJAM tomo (常温) ※上履きをご持参下さい。	20:00~21:00 マグマ美尻ヨガ Saya	20:00~21:00 マグマコア美人 布施 勇姫 定員10名	20:00~21:00 マグマ骨盤キュート 原崎 千鶴子 定員10名			21:00	
営業時間	10:00~21:45	10:00~21:45	10:00~21:45	10:00~21:30	10:00~21:30	9:30~17:30	9:30~17:30	営業時間	

