

Lesson schedule 2020 6.

	月	F	火	F	水	F	金	F	土	F	日	F
8:00											8:15 MAGNA ヨガLight instructor	
9:00			9:30 MAGNA ヨガBasic AYA		9:30 MAGNA HO-GU-RE instructor				9:00 MAGNA HO-GU-RE instructor			
10:00	10:00 MAGNA 腸活ヨガ Sana						10:00 MAGNA ヨガLight instructor				10:15 MAGNA ヨガBasic instructor	
11:00			11:00 MAGNA ヨガLight instructor		11:30 MAGNA ヨガLight YUU				11:00 MAGNA ヨガLight instructor			
12:00	12:00 MAGNA 筋膜リリースストレッチ instructor						12:00 MAGNA ヨガBasic YUU				12:15 MAGNA 美活女子 YASUYO	
13:00			13:00 MAGNA HO-GU-RE instructor						13:00 MAGNA ピラティスBasic ETSUKO			
14:00	14:00 溶岩浴				14:00 MAGNA 美コンディショニング vasuko		14:00 MAGNA Fight KUNI				14:15 MAGNA HO-GU-RE instructor	
15:00			15:00 MAGNA Body Make vasuko						14:30 MAGNA 腸活ヨガ instructor			
16:00	16:00 MAGNA ストレッチBeauty instructor				16:00 溶岩浴		15:30 溶岩浴		16:00 MAGNA ヨガEnergy CHIKAKO		16:15 MAGNA 骨盤ヨガ TOMOKA	
17:00					17:30 MAGNA 腸活ヨガ Sana							
18:00	18:00 MAGNA ヨガLight TOMOKA		17:30 MAGNA ストレッチBeauty instructor				18:00 MAGNA リラックスヨガ Akiko		18:00 MAGNA ヨガBasic instructor		17:45 MAGNA ヨガEnergy TOMOKA	
19:00					19:30 MAGNA ヨガLight TOMOKA							
20:00	19:30 MAGNA ヨガBasic TOMOKA		19:30 MAGNA 筋膜リリースストレッチ instructor				19:30 MAGNA ヨガBasic Akiko				19:15 溶岩浴	
21:00	21:00 溶岩浴 男性OK		21:00 MAGNA 美コンディショニング vasuko		21:00 MAGNA ヨガEnergy TOMOKA							
22:00												

(KCT) : 立位の動きが多いので、足裏への負担が気になる方は滑り止め付き靴下着用をおススメ

: 前月とクラス内容、担当者、時間などの変更があるクラス

※急な代行やクラス変更が生じる場合がございますので代行情報はHPを【ご確認ください】

【 instructor 】 : 担当は日によってかわりますので、予約画面にてご確認ください

【 溶岩浴 】 : 60分 1,650円 溶岩浴をお楽しみいただけます

【 F 】 : 510円/回 (12分) コラーゲンランプフェイシャルトリートメント予約枠です

※powder : (web予約可)パウダールーム内でフェイシャルトリートメント

※LAB. : (来館時フロントにて予約)ラボ内でフェイシャルトリートメント