

Lesson schedule 2020 9.

MAGMA SPA STUDIO
MAGNA
 Produced by OAKS BEST FITNESS

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



立位の動きが多いので、足裏への負担が気になる方は靴下を履いての実施を推奨しているクラスです。

 内容・担当者・時間変更※急な代行、内容変更がある場合がございますので、予めご了承下さい。(代行情報はHPをご確認下さい)

【instructor】は予約画面にて担当者の確認をお願い致します。

【溶岩浴】60分1,650円※詳しくはお問い合わせ下さいませ。

C 【MAGNAフェイシャルトリートメント予約枠】(有料1回¥510)※詳しくはお問い合わせ下さいませ。

【powder】パウダールームでのフェイシャルトリートメント(来館時予約又はWEB予約)

【LAB.】LAB.でのフェイシャルトリートメント(来館時予約のみ)

※パーソナルトレーニングのご予約が優先となります。来館時にお問い合わせ下さいませ。