

Lesson schedule 2018 Jun.

今月の休館日 6月20日(水)・21日(木)

8:00	月	火	水	木	金	土	日
						MAGNA ヨガLight MIZUKA 8:00~9:00	MAGNA ヨガBasic KIYOMI 8:00~9:00
9:00							
10:00	MAGNA Bodymakeフラ MIKA 9:30~10:30	MAGNA ゆがみリセットボール SAKUYA 9:30~10:30	MAGNA ヨガLight MIYUKI 9:30~10:30	MAGNA HO-GU-RE NANAOKO 9:30~10:30	MAGNA 美Bodyエクササイズ a-eri 9:30~10:30	MAGNA HO-GU-RE MIZUKA 9:30~10:30	MAGNA ヨガLight MIYUKI 9:30~10:30
11:00	MAGNA ヨガEnergy SAKUYA 11:00~12:00	MAGNA Body Shape KEIKO 11:00~12:00	MAGNA ヨガBasic MIYUKI 11:00~12:00	MAGNA ストレッチBeauty NANAOKO 11:00~12:00	MAGNA ストレッチBeauty SAKUYA 11:00~12:00	MAGNA BeautyDetox KIYOMI 11:00~12:00	MAGNA ストレッチBeauty IORI 11:00~12:00
12:00							
13:00	MAGNA ヨガLight SAKUYA 12:30~13:30	MAGNA ピラティスLight KUMI 12:30~13:30	MAGNA BeautyDetox MAYUMI 12:30~13:30	MAGNA ピラティスLight KUMI 12:30~13:30	MAGNA BeautyDetox MIYUKI 12:30~13:30		MAGNA トレーニング女子 IORI 12:30~13:30
14:00	MAGNA ストレッチBeauty NAHOHI 14:00~15:00	MAGNA ヨガLight KANAЕ 14:00~15:00				MAGNA ピラティスLight KUMI 14:00~15:00	
15:00					MAGNA ヨガLight SACHIKO 14:30~15:30		
16:00					MAGNA ヨガBasic yoko 16:00~17:00	MAGNA HO-GU-RE KUMI 15:30~16:30	MAGNA BeautyDetox KANA 15:30~16:30
17:00				MAGNA STEP Light AIKO 16:30~17:30		MAGNA ヨガEnergy KAZUMI 17:00~18:00	MAGNA ヨガLight KANA 17:00~18:00
18:00		MAGNA ヨガLight MIZUKI 18:00~19:00	MAGNA 美姿勢ストレッチ KANAЕ 18:00~19:00	MAGNA BeautyDetox AYACO 18:00~19:00	MAGNA ストレッチBeauty KAORI 18:00~19:00		
19:00						MAGNA 美姿勢ストレッチ KAZUMI 18:30~19:30	MAGNA CORE! SAYA 18:30~19:30
20:00	MAGNA ゆがみリセットボール IORI 19:30~20:30	MAGNA ヨガBasic MIZUKI 19:30~20:30	MAGNA ヨガEnergy HARUKA 19:30~20:30	MAGNA Bodymakeベリ Ayishah 19:30~20:30	MAGNA ヨガLight KAORI 19:30~20:30	MAGNA ヨガLight yoko 20:00~21:00	MAGNA 美姿勢ストレッチ MICHIKO 20:00~21:00
21:00	MAGNA トレーニング女子 IORI 21:00~22:00	MAGNA HO-GU-RE KAZUMI 21:00~22:00	MAGNA ヨガLight HARUKA 21:00~22:00	MAGNA ヨガEnergy KAZUMI 21:00~22:00			
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)