

# 1/31(金)休館日無料体験会

第一部 : 11:00~14:00

第二部 : 18:00~21:00



マシンピラティスパークソナル



健康体操教室



パーソナルトレーニング



ボクシングエクササイズ



トランポリンエクササイズ



紹介者様同伴で  
会員様も施設利用ができます！  
ご家族・ご友人と  
ぜひ遊びに来てください♪

タイムスケジュールはこちら お申し込みはこちら

※当該施設の利用経験がある方はご体験いただけません。

MEGALOS

# 1/31(金)休館日無料体験会 タイムスケジュール

## 第一部：11：00～14：00

チェックイン10：45～

チェックアウト～14：15

パーソナルトレーニング

定員：各2名

11：00～11：45

12：00～12：45

13：00～13：45

運動目的に沿った  
トレーニングをご案内！  
正しいフォームで運動効果を  
実感しましょう！

マシンピラティス

パーソナル

定員：各1名

11：00～11：45

12：00～12：45

13：00～13：45

流行りのマシンピラティスで  
スタイルアップや姿勢改善  
をしましょう♪

健康体操教室

定員：各16名

11：00～11：45

脳トレ・筋膜リリースや  
有酸素運動・筋トレを  
していきます！



## 第二部：18：00～21：00

チェックイン17：45～

チェックアウト～21：15

パーソナルトレーニング

定員：各2名

18：00～18：45

19：00～19：45

20：00～20：45

マシンピラティス

パーソナル

定員：各1名

18：00～18：45

19：00～19：45

20：00～20：45

VOLT BOX

定員：各13名

19：30～19：50

暗闇の中サンドバックへ  
パンチを打ち込み  
ストレス発散、  
脂肪燃焼に効果的です！

TOBIPPA

定員：各30名

20：10～20：25

トランポリンを飛ぶことで、  
脂肪燃焼や、心肺機能筋力UP  
を目指していきます♪



お申し込みはこちら



※当該施設の利用経験がある方はご体験いただけません。