

MEGALOS 4/29(火・祝) 4月17日(木)更新					
	2 階スタジオA	3 階スタジオB	プール	詳細	
9:00	【営業開始 9 : 00】				9:00
9:30	■定員制43名	キッズイベント	キッズイベント		9:30
10:00		■定員制58名			10:00
10:30	9 : 55-10 : 40 バーニングエアロ45 松原由香	10 : 00-10 : 40 エンジョイエアロ40 ARI		10:25-10:55 アクアダンス/荒木彩芳	10:30
11:00	■定員制43名	■定員制40名		11:00-11:20 スイムトレーニング/入門	11:00
11:30	11 : 00-11 : 45 ビューティーワーク45 松本真実	10 : 55-11 : 25 エンジョイステップ30 松原由香		11:25-11:55 スイムトレーニング30 初級・中級	11:30
12:00		11:40-12:10 ヴォーカリズム30 松井千明			12:00
12:30	■映像32名	■定員制58名			12:30
13:00	12:30-13:00 【映像】 Group Groove30	12 : 25-13 : 10 トラディショナルヨーガ45 熊谷ゆかり			13:00
13:30	■映像32名		キッズイベント		13:30
14:00	13 : 15-13 : 45 【映像】 Group Power30				14:00
14:30		■定員制58名			14:30
15:00	14:00-14 : 30 【映像】 Group Fight30	14 : 25-15 : 10 リトモス 岩田香織			15:00
15:30	映像32名				15:30
16:00	16:00-17:00 【映像】 Group Fight60	16 : 00-16 : 45 Group Fight45 清水大樹			16:00
16:30	映像20名	有料イベント■40名	キッズイベント		16:30
17:00	17 : 15-18 : 15 【映像】 Group Blast60	17 : 15-18 : 00 Group Blast45 清水大樹			17:30
17:30	映像32名				18:00
18:00	18 : 30-19 : 30 【映像】 Group Groove60				18:30
18:30					19:00
19:00					19:30
19:30					20:00
20:00	通常会員様はマシンジム・プール利用時間は 19 : 50 、施設閉館時間 20 : 00 24時間会員様はマシンジム24時間利用可能。 3階ロッカー、お風呂、サウナ 24 : 00まで				

※映像レッスンはWEB予約制ではなく、先着順となります。

参加希望の方は開始時間の20分前にスタジオA前に整列をお願いします。