

MEGALOS9/15(月・祝) 8/30更新			
	2 階スタジオA	3 階スタジオB	
	【営業開始 9 : 00】		
9:00			9:00
9:30	【無料登録制】	■定員制58名	9:30
10:00	9 : 40-10 : 10 サークル・ウォーキング	9:40-10:10 ZUMBA(30分クラス) 工藤哲也	10:00
10:30	■映像15名	■定員制58名	10:30
11:00	10:30-11:30 【映像】 GroupPower60	10:25-10:55 エンジョイエアロ 工藤哲也	11:00
11:30	■映像32名	11:10-11:40 シェイプヨーガ 金子知弘	11:30
12:00	11:45-12:30 【映像】 GroupFight45	■定員制58名	12:00
12:30	■定員制43名	11:55-12:25 トラディショナルヨーガ 金子知弘	12:30
13:00	12:50-13:20 フラダンス 西山佳代	■定員制58名	13:00
13:30	■映像20名	12:40-13:10 らくらくエアロ 金子知弘	13:30
14:00	13:35-14:35 【映像】 GroupBlast60	■定員制13名	14:00
14:30	■映像32名	14:00-14:20 VOLT BOX20 佐藤大将 & 正木翼	14:30
15:00	14:50-15:35 【映像】 GroupCentergy45	■定員制13名	15:00
15:30	有料■定員制12名	14:35-15:05 VOLT BOX30 佐藤大将 & 正木翼	15:30
16:00	15:50-17:20 大人のバレエスクール 伊藤サキ	15:20-15:40 VOLT BOX20 佐藤大将 & 正木翼	16:00
16:30		■定員制13名	16:30
17:00		15:55-16:25 VOLT BOX30 佐藤大将 & 正木翼	17:00
17:30		VOLT BOXの予約につきましては、 9/1(月) 10:00から予約開始となります。 ご理解・ご協力をお願いいたします。	17:30
18:00			18:00
18:30			18:30
19:00			19:00
19:30			19:30
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。		20:00