

MEGALOS11/3(月・祝) 10/11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	■定員15名 9:30-10:00 【映像】 GroupPower30	■定員制58名 9:40-10:10 ZUMBA(30分クラス) 工藤哲也	9:30
10:00			10:00
10:30	有料■定員制12名	■定員制58名 10:25-10:55 エンジョイエアロ 工藤哲也	10:30
11:00	10:35-11:35 REBONS SCHOOL リボーンズスクール	■定員制58名 11:10-11:40 シェイプヨーガ 金子知弘	11:00
11:30			11:30
12:00	■映像20名 12:00-12:30 【映像】 GroupBlast30	■定員制58名 11:55-12:25 トラディショナルヨーガ 金子知弘	12:00
12:30			12:30
13:00	■定員制43名 12:50-13:20 フラダンス 西山佳代	■定員制58名 12:40-13:10 らくらくエアロ 金子知弘	13:00
13:30	■映像32名	■定員制58名 13:25-13:55 ボディー・フロー 木澤豊	13:30
14:00	13:35-14:35 【映像】 GroupGroove60	■定員制58名 14:10-14:40 やさしいジャズダンス 木澤豊	14:00
14:30		有料	14:30
15:00	14:50-15:35 【映像】 GroupCentergy45	14:50-15:50 【有料】ジャズダンス 木澤豊	15:00
15:30	有料■定員制12名		15:30
16:00			16:00
16:30	15:50-17:20 大人のバレエスクール 伊藤サキ	16:30-17:30 キッズチアダンス	16:30
17:00			17:00
17:30	■映像32名	17:30-18:30 ジュニアチアダンス	17:30
18:00	17:45-18:45 【映像】 GroupFight60		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 ※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10分前にスタジオA前に整列をお願いします。		20:00

