

## MEGALOS Reflet EBISU Time Line For Studio

# 2026年2月11日 (水祝) スタジオ特別プログラム

	ホットスタジオ	AntiGravity®studio	Pilates studio	
<b>8:00</b>				【営業開始 8:00 OPEN】
<b>8:30</b>				
<b>9:00</b>				【定員6名】
<b>9:30</b>	【定員15名】			
<b>10:00</b>	Gaze ~肩甲骨美人~ 9:50~10:35 Yumiko			
<b>10:30</b>				
<b>11:00</b>	【定員15名】	【定員15名】		【定員6名】
<b>11:30</b>	Surf Exercise ~BASIC8.0~ 11:15~12:00 Yumiko	ポールコンディショニング 11:15~11:55 yoshika		Waist#3 11:00~11:45 Saya
<b>12:00</b>				
<b>12:30</b>	【定員15名】	【定員15名】		
<b>13:00</b>	Surf Exercise ~Total Beauty2.0~ 12:30~13:15 Saya	やさしいフリースタイル30 12:30~13:00 yoshika		
<b>13:30</b>	【定員15名】	【定員12名】※		
<b>14:00</b>	ホットヨガベーシック 13:50~14:35 山角 菜穂子	AntiGravity® Fundamentals Mix 13:45~14:45 Kai		【定員6名】
<b>14:30</b>				Total Basic #4 14:30~15:15 Mayu
<b>15:00</b>	【定員15名】			
<b>15:30</b>	ホット スタイルピラティス 15:05~15:50 山角 菜穂子	【定員12名】※		【定員6名】
<b>16:00</b>		AntiGravity® Restorative Yoga 15:25~16:25 Kai		Hip & Legs #2 15:35~16:20 Mayu
<b>16:30</b>	【定員15名】			
<b>17:00</b>	infinity flow 16:40~17:25 Rin			【定員6名】
<b>17:30</b>				Back&Arms #2 16:40~17:25 Mayu
<b>18:00</b>				
<b>18:30</b>	【営業終了：18:30 CLOSE】			MEGALOS_Reflet

祝日は特別なスタジオスケジュールの為、左記のように変更となります。