MEGALOS Reflet EBISU Time Line For Studio

2026年11月23日（月祝）
スタジオ特別プログラム

	ホットスタジオ	AntiGravity®studio	Pilates studio
8:00	【営業開始　８：００　ＯＰＥＮ】		
8:30			
9:00	【定員15名】 Gaze ～肩甲骨美人～ 9:00～9:45 Yumiko		
9:30			
10:00	【定員15名】	【定員12名】※	【定員6名】
10:30	ホットヨーガ ベーシック 10:15~11:15 小松　詩乃	AntiGravity® AY Design1 10:30～11:30 RIKA	Total Basic #3 10:30～11:15 Yumiko
11:00			
11:30	【定員15名】	【定員12名】※	【定員6名】
12:00	Vivistep ～whole body～ 11:45～12:30 Ayame	AntiGravity® Pilates ※AY参加経験がある方向け 11:45～12:45 RIKA	Waist #3 11:45～12:30 Yumiko
12:30	【定員15名】		【定員6名】
13:00	ホットヨーガベーシック 12:55～13:40 川谷　幸子	【定員15名】 Gaze ～くびれ～ 13:15～14:00 Ayame	Total Basic #3 13:05～13:50 Yukie
13:30			
14:00	【定員15名】		【定員6名】
14:30	Corebloom 14:15～15:00 Yukie		Hip&legs #2 14:15～15:00 Yuki
15:00			
15:30	【定員15名】	キッズスクール	【定員6名】
16:00	infinity flow 15:30～16:15 Yukie	ミライク　キッズ 15：45～16：45	Hip&legs #2 15:30～16:15 Yuki
16:30	【定員15名】		【定員6名】
17:00	Vivistep ～Upper body～ 16:45～17:30 Yuki	ミライク　Jr 16：45～17：45	Total Advance #2 16:45～17:30 Ayame
17:30			
18:00			
18:30	【営業終了：18:30　CLOSE】		

祝日は特別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。
お間違えのないよう宜しくお願い致します。

MEGALOS_Reflet