

2024年11月23日(土/祝)

特別プログラム

MEGALOS HACHIOUJI Time Line For Studio , Gym , Aqua

MEGALOS HACHIOUJI Time Line For Studio , Gym , Aqua							
11/23(土/祝)							
	スタジオA	スタジオB	スカッシュ	Re·Self【有料】	Aqua		
9:30	営業開始 10:00					9:30	
10:00						10:00	
10:30	定員制35名	【有料スクール】ミライク ジュニア/キッズ(子供) 8:45-9:45 /9:50-10:50 キャスト		土-1 定員16名	ベビースクール 10:00-11:00	10:30	
11:00	コアデザイン 10:55-11:25 浅見 公貴	【有料スクール】 KidsHiphopダンス 11:00-12:00		ホットヨーガ アドバンス 10:45-11:30 房枝	スマイルアクアダンス 11:05-11:35	11:00	
11:30	定員制40名					11:30	
12:00	エンジョイエアロ 11:40-12:10 浅見 公貴	定員制42名	【無料サークル】 サークル 12:00-12:30		マスターズサークル 11:45-12:45	12:00	
12:30	定員制40名					12:30	
13:00	ラテンEXコンサルサ 12:30-13:00 TOMOKO	トラディショナルヨーガ 12:20-13:05 房枝	1・3・5週目 ウォーキングサークル 2・4週目 ランニングサークル	土-2 定員16名		13:00	
13:30	定員制40名			ホットヨーガ ベーシック 13:00-13:30 増田 祥子	ジュニア1 13:00-14:00	13:30	
14:00	ZUMBA(45分クラス) 13:15-14:00 TOMOKO	(映像) Group Power 13:20-13:50					14:00
14:30	定員制28名	定員制35名					14:30
15:00	VOLTBOX[share] 14:20-14:50 山崎 敦也	ボディデザイン ピラティス 14:05-14:45 西村 知里		定員制16名	キッズ 14:00-15:00	15:00	
15:30	定員制40名	ベリーダンス 15:00-15:30 YUKARI		ホットストレッチ 15:15-15:45 山崎 敦也	キッズ 15:00-16:00	15:30	
16:00	Group Groove 15:15-16:00 中村 えみり	【ベリーダンススクール】 15:45-16:30 YUKARI 【有料スクール】		フィットネス会員のみ参加可能 ※バスタオル必須 土-3 定員16名		16:00	
16:30				ホットスタイル ピラティス 16:15-16:45 西村 知里	ジュニア1 16:00-17:00	16:30	
17:00		【有料スクール】 ミライクラン (子供) 16:45-17:45				17:00	
17:30					ジュニア2 17:00-18:00	17:30	
18:00		定員制42名		土-4 定員16名		18:00	
18:30		(映像) GroupFight 18:00-18:45		ホットヨーガ ベーシック 18:00-18:30 高橋 良枝	ジュニア3 18:00-19:00	18:30	
19:00		定員制35名		土-5 定員16名		19:00	
19:30		(映像) GroupPower 19:00-19:45		ホットヨーガ アドバンス 19:00-19:30 高橋 良枝	選手クラス 19:00-20:00	19:30	
20:00	マシジム・プール利用時間は 19:50まで 施設閉館時間 20:00 (24時間会員 & ナイトモーニング会員は夜間利用可能)					20:00	
20:30						20:30	
21:00						21:00	
21:30						21:30	
22:00						22:00	
22:30						22:30	
23:00	23:00						