

2026年8月

MEGALOS\_Reflet

メガロスフレ八王子祝日スケジュール

8月11日(火祝)

Refle Studio

チェックイン 10:00

【定員 16名】

ホットスタイルピラティス45  
11:00-11:45  
大山 幸子

【定員 5名】

infinity flow30 (マットピラティス)  
11:15-11:45  
荒井 幸紀

こちらのinfinityflowのレッスンは  
スタジオBでの実施となります

常温でのレッスンとなります。フィットネス会員様と合同レッスンとなります。

【定員 16名】

ホットヨーガ ベーシック45  
12:15-13:00  
MAKIE

【定員 8名】

Reformer Pilates 【Back&Arms45】  
17:30-18:15  
佐藤 正子



【定員 8名】

Reformer Pilates 【Hip&Legs45】  
18:30-19:15  
中西 美早



チェックアウト 20:00