

2026年10月

MEGALOS_Reflet

メガロスルフレ八王子祝日スケジュール

10月12日(月祝)	
Refle Studio	
9:00	チェックイン 10:00
9:30	
10:00	
10:30	
11:00	【定員 8名】 Reformer Pilates【Total Basic45】 11:30-12:15 佐藤 正子
11:30	
12:00	
12:30	
13:00	【定員 8名】 Reformer Pilates【Back&Arms45】 13:00-13:45 佐藤 正子
13:30	
14:00	
14:30	
15:00	【定員 4名】 infinity flow45 (マットピラティス) 14:15-15:00 中西 美早 常温でのレッスンとなります。フィットネス会員様での予約・参加も可 【フィットネス会員定員12名】
15:30	
16:00	
16:30	
17:00	【定員 16名】 ホットスタイルピラティス45 18:00-18:45 RAN
17:30	
18:00	
18:30	
19:00	
19:30	
20:00	
20:30	
21:00	チェックアウト 20:00
21:30	
22:00	