

メガロス日比谷シャンテ5/6(火)スタジオスケジュール

営業開始 9:30

スタジオA(女性専用)

スタジオB

10:3015:00
FREE TIME
常温

【マシンピラティス】
11:00-11:45
マシンピラティス45
Lower body
RINA

【マシンピラティス】
12:00-12:45
マシンピラティス45
Waist
Rina

【ウェイトトレーニング】
13:15-13:45
Group power 30
Rina

【暗闇ボクシング】
14:10-14:30
BOLTVOX20
Yuji

【有料イベントレッスン】
14:50~15:30
トレーニングイベント
Yuji

最終チェックアウト 18:00