

メガロス日比谷シャンテ 1/12(月祝)成人の日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
10:30		10:30
11:00	【女性専用】 (常温) 11:00-16:00 フリータイム ストレッチ等 ご利用ください。	【マシンピラティス】 11:00-11:45 マシンピラティス45 Hip&leg Chizuru
11:30		11:30
12:00		☆☆☆ 【マシンピラティス】 12:00-12:45 マシンピラティス45 Upper body Chizuru
12:30		12:30
13:00		☆☆☆
13:30		【ダンス】 13:25-14:10 ZUMBA (45分クラス) I Z U M I
14:00		14:00
14:30		☆☆☆ 【トランポリン】 14:35-15:05 TOBIPPA Naoya
15:00		15:00
15:30		【ダンス】 15:30-16:15 Group Groove45 Naoya
16:00		16:00
16:30		16:30
	最終チェックアウト 18:00	