

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

9:30		10:30	
	営業開始 9:30		
10:30	スタジオA(女性専用)	スタジオB	10:30
11:00		【マシンピラティス】 11:00-11:45 マシンピラティス45 Hip&leg Chizuru	11:00
11:30		★☆☆ 【マシンピラティス】 12:00-12:45 マシンピラティス45 Upper body Chizuru	11:30
12:00		★☆☆	12:00
12:30		【ダンス】 13:25-14:10 ZUMBA (45分クラス) IZUMI	12:30
13:00	【女性専用】 (常温) 11:00-16:00 フリータイム ストレッチ等で ご利用ください。	★☆☆	13:00
13:30		【ダンス】 14:35-15:05 TOBIPPA Naoya	13:30
14:00		★☆☆	14:00
14:30		【トランボリン】 14:35-15:05 TOBIPPA Naoya	14:30
15:00		【ダンス】 15:30-16:15 Group Groove45 Naoya	15:00
15:30		【ダンス】 15:30-16:15 Group Groove45 Naoya	15:30
16:00			16:00
16:30			16:30
最終チェックアウト 18:00			