

メガロス日比谷シャンテ
7/20(月祝)海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
11:00
11:30
12:00
12:30
13:00
13:30
14:00
14:30
15:00
15:30
16:00
16:30

10:30
11:00
11:30
12:00
12:30
13:00
13:30
14:00
14:30
15:00
15:30
16:00
16:30

☆☆☆【マシンピラティス】定員9名

11:00-11:45
マシンピラティス45
Hip&leg
Chinatsu

☆☆☆【マシンピラティス】定員9名

12:00-12:45
マシンピラティス45
TotalBasic
Chinatsu

☆☆☆【格闘技系】定員20名

12:00-12:45
Group Fight
Yuji

☆☆☆【暗闇ボクシング】定員13名

13:10-13:30
VOLTBOX
Yuji

☆☆☆【ハンモック】定員8名

【女性専用】
14:00-15:00
AntiGravity
Restorative
Rina

☆☆☆【ダンス】定員20名

16:00-16:45
ZUMBA (45分クラス)
I Z U M I

最終チェックアウト 18:00