



スタジオ月間スケジュール
代行休講情報は
こちらからもご確認ください



2026/3 メガロス市ヶ尾

※ピンク色の塗りつぶし枠は初心者向けレッスンです。
※スケジュールは変更になる可能性もございます。
※変更のあるレッスンは赤点線枠で囲んでおります。(変更内容は割愛させていただきます。)
※オレンジ色の塗りつぶし枠はプロジェクターに映像を投影するレッスンです。(無料で参加可能)

出力日

R8.1.28

MEGALOS ICHIGAO Time Line

	月曜日			火曜日			水曜日		
	2FスタジオA	3FスタジオB	プール	2FスタジオA	3FスタジオB	プール	2FスタジオA	3FスタジオB	プール
9:30									
10:00	■定員45名 10:00-10:30 やすらぎヨーガ 吉田静枝	9:30-10:15 ベビーミライク		■定員35名 10:00-10:30 ボディメイクステップ 岡橋優子	■定員27名 10:00-10:30 トラディショナルヨーガ 山岸厚子		■定員45名 9:45-10:15 フラダンス chie	9:30-10:15 ベビーミライク	
10:30	■定員45名 10:45-11:15 やさしいピラティス 吉田静枝	■定員15名 10:45-11:05 ポールdeスツクリ 片桐 翼	■定員36名 10:30-11:00 村田智裕	■定員45名 10:45-11:30 ZUMBA 小山江里子	■定員27名 10:50-11:35 ボディデザインピラティス 山岸厚子		■定員45名 10:30-11:15 ZUMBA 谷岡奈央	■定員35名 10:35-11:05 フラダンス chie	10:30-10:50 平泳ぎ・バタフライ/入門 ■定員36名
11:00		■定員28名 11:25-11:55 TOBIPPA 片桐翼	Aqua ZUMBA 11:10-11:40 村田智裕				■定員45名 11:25-12:10 トラディショナルヨーガ 田中真紀	■定員30名 11:20-11:50 やさしいフリースタイル 西澤竜一	アクアシェイプ 11:00-11:30 小川万里
11:30	■定員45名 11:45-12:30 リトモス 中尾桂子		■無料登録制 11:45-12:25 水中運動サークル 第2・4週目 谷地樹門	■定員45名 11:45-12:15 FITHOP 小山江里子	■定員27名 12:00-12:30 やすらぎヨーガ 山岸厚子				
12:00				■定員33名 12:30-13:00 歌ってmove 檜垣直也			■定員45名 12:00-12:45 アクアダンス 湯原聖子		
12:30	■定員33名	■有料 12:10-13:10 REBORNs FIT キャスト			■有料 12:45-13:45 REBORNs FIT キャスト			■有料 12:05-13:05 フリースタイル スクール 西澤竜一	■有料 スイムスクール 12:30-13:30 初級・中級
13:00	12:45-13:30 Group Power 都築紀彦		■有料 スイムスクール 13:00-14:00 初級・中級 上級	■定員45名 13:15~14:00 フラダンス 西山佳代					
13:30	■定員45名	13:25-13:55 入門太極拳 増岡美奈江					■無料登録制 13:30-14:00 ウォーキングサークル(奇数週) ランニングサークル(偶数週) 黒須恵美子	■定員27名 13:55-14:25 ホットヨーガ・ベーシック 荻沼明美	
14:00	13:45-14:30 Group Centergy 都築紀彦	■定員30名		■定員45名 14:15-15:00 太極拳 晶			■定員45名 14:15-15:00 Group Centergy 幸福陽子	14:45-15:15 ホットヨーガ・アドバンス 荻沼明美	
14:30	■定員45名	14:10-14:55 太極拳 増岡美奈江						■定員27名 14:45-15:15 ホットヨーガ・アドバンス 荻沼明美	
15:00	14:45-15:15 Group Fight 都築紀彦				■定員27名 15:10-15:40 ホットヨーガ・ベーシック 林浩子			【ホットスタジオ・中温】 ■定員27名	
15:30	■定員45名 15:30-16:00 やさしいフリースタイル TAKE	15:15-16:15 ミライキッズ (荏田北こども園兼用クラス)			【ホットスタジオ・中温】			14:45-15:15 ホットヨーガ・アドバンス 荻沼明美	
16:00					■定員27名 16:10-16:40 ホットヨーガ・アドバンス 林浩子			■定員27名 16:15~17:00 ホットヨーガ・アドバンス Mari	
16:30	■有料 16:15-17:15 フリースタイル スクール TAKE	16:15-17:15 ミライク ジュニア	子どもスイミングスクール未定 ※詳細はホームページお知らせ をご確認ください。	16:15-17:15 ミライク ジュニア	【ホットスタジオ・中温】 ■定員27名 17:00-17:30 ホットヨーガ・ベーシック 加藤りえ子			【ホットスタジオ・中温】	
17:00					【ホットスタジオ・中温】				
17:30									
18:00	17:40-18:40 キッズチア スクール	17:30-18:30 ジュニアダンススクール 西澤竜一							
18:30									
19:00	■無料登録制 18:50-19:20 ウォーキングサークル(奇数週) ランニングサークル(偶数週) 片岡憲伸			■定員33名 19:00-19:30 Group Fight(映像)	■定員27名 19:00-19:45 ※女性限定 ホットヨーガ・ウエストシェイプ 中温 田中江里香		■定員45名 19:00-19:45 Group Fight 飯田真子		
19:30	■定員45名	■定員27名 19:25-20:10 ホットヨーガ・ベーシック AUM		■定員45名					
20:00	19:30-20:15 Group Groove 中馬亜梨沙	【ホットスタジオ・中温】 ■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス AUM		19:45-20:30 リトモス MIYA	■定員27名 20:00-20:45 ホットヨーガ・ベーシック 中温 田中江里香		■定員33名 20:05-20:50 Group Power 片桐翼	■有料 19:30-20:30 スタジオレンタル ※予約が必要です。	■有料 スイムスクール 20:00-21:00 【初級・中級】
20:30	■定員45名			■定員33名					
21:00	20:30-21:15 Group Centergy 中馬亜梨沙	【ホットスタジオ・中温】		20:45-21:30 Group Blast 藤本弥那			■定員45名		
21:30	■定員33名		スイムトレーニング 21:00-21:30	■定員33名			21:10-21:55 Group Groove 片桐翼		
22:00	21:30-22:30 Group Fight(映像)			21:50-22:20 Group Power(映像)					
22:30									
23:00									
	プール 利用時間は 22:50 まで (24H会員の方は終日マシンジムをご利用いただけます)			プール 利用時間は 22:50 まで (24H会員の方は終日マシンジムをご利用いただけます)			プール 利用時間は 22:50 まで (24H会員の方は終日マシンジムをご利用いただけます)		

						店舗情報								
						■営業時間		日曜日～水曜日 0:00～24:00						
								木曜日 0:00～23:00						
						■休館日		土曜日 9:30～24:00 毎週金曜日						
MEGALOS ICHIGAO Time Line														
木曜日		土曜日		日曜日										
2FスタジオA	3FスタジオB	プール	2FスタジオA	3FスタジオB	プール	2FスタジオA	3FスタジオB	プール						
									9:30					
■定員45名 10:00～10:30 エンジョイエアロ 八重樫ゆかり	■定員27名 10:00-10:30 ボディデザインピラティス 盛園尚美	■有料 スイムスクール 09:45-10:45 初級・中級 上級	■定員45名 9:45-10:30 やすらぎヨーガ AUM	09:00-10:00 ミライク ジュニア	■定員36名 アクアダンス 10:00-10:45 倉田幸	■定員33名 9:45-10:30 Group Fight(映像)	08:30-09:30 ミライク RUN	子どもスイミングスクール未定 ※詳細はホームページお知らせ をご確認ください。	10:00					
■定員45名 10:45～11:15 ZUMBA GOLD 八重樫ゆかり	■定員27名 10:50-11:20 やさしいピラティス 盛園尚美		■定員45名 10:45-11:30 トラディショナルヨーガ AUM			子どもスイミングスクール未定 ※詳細はホームページお知らせ をご確認ください。	■定員45名 10:45-11:30 リトモス MIYA		09:30-10:30 ミライク ジュニア	10:30				
■定員45名 11:30-12:15 美曲線ヨーガ 田中真紀	■定員27名 11:40-12:10 Group Centergy 幸福陽子		■定員45名 11:45-12:30 ZUMBA 梶原千寿子				スイムトレーニング30 13:00-13:30		■定員45名 11:50-12:35 Show Style Dance MIYA	10:30-11:30 ミライク キッズ	11:00			
■定員36名 12:40-13:10 バレエ ～バーレッスン～ 泉恵理	■定員27名 12:35-13:05 パワーヨーガ 田中真紀		■定員45名 12:45-13:30 Group Fight 都築紀彦						■定員27名 14:15-14:45 ホットヨーガ・ベージック Mari	■定員45名 13:00-13:45 ZUMBA ASA	11:30-12:30 ミライク キッズ	11:30		
■定員36名 13:30-14:00 バレエ 泉恵理	■有料 13:20-14:20 ヨーガスクール 田中真紀	■定員45名 13:45-14:30 Group Centergy 都築紀彦	子どもスイミングスクール未定 ※詳細はホームページお知らせ をご確認ください。	■定員33名 14:30-15:00 歌ってmove 藤本弥那	■定員27名 12:55-13:25 美曲線ヨーガ MIYA					■定員36名 アクアダンス 13:00-13:45 村田智裕	12:30			
■定員45名 14:25-14:55 やさしいフリースタイル 城太介		子どもスイミングスクール未定 ※詳細はホームページお知らせ をご確認ください。				■定員27名 15:15-16:15 ミライク キッズ		■定員30名 14:30-15:00 週替わりレッスン 1日15日14:20-15:00 エンジョイエアロ 8日22日29日14:20-15:05バーニングエアロ TAMAKI		■定員33名 15:20-16:05 Group Blast 飯田真子	■有料 スイムスクール 14:00-15:00 初級・中級	13:00		
							子どもスイミングスクール未定 ※詳細はホームページお知らせ をご確認ください。					16:15-17:15 ミライク ジュニア	■定員27名 15:15-15:45 ホットヨーガ・ベージック Mari	■定員33名 16:25-17:10 Group Power 谷地樹門
15:15-16:15 ミライクキッズ (荏田北こども園兼用クラス)	■定員30名 16:30-17:00 サルサ 阿久津幸子								■定員33名 18:40-19:10 ボディメイクサークル 権垣直也					
16:15-17:15 ミライク ジュニア	■定員33名 19:30-20:00 Group Fight(映像)	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:00-17:30 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員30名 18:05-18:35 Group Power(映像)	14:30								
17:15-18:15 ミライク RUN	■定員33名 20:35-21:20 Group Blast 藤本弥那					■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子		■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	15:00			
■無料登録制 18:30-19:00 ウォーキングサークル(奇数週) ランニングサークル(偶数週) 高西和希	■定員27名 19:25-19:55 ホットヨーガ・パワーアドバンス Mari								■定員33名 21:00-21:30		■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	15:30
■定員45名 19:30-20:15 ZUMBA ASA	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子									16:00
■定員33名 20:35-21:20 Group Blast 藤本弥那	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari					■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子		■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子				16:30
■定員33名 21:30-22:30 MOSSAライブ映像レッスン ※内容は決まり次第、掲載いたします。	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari								■定員33名 21:00-21:30		■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	17:00
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子									17:30
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari					■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子		■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子				18:00
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari								■定員33名 21:00-21:30		■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	18:30
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子									19:00
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari					■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子		■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子				19:30
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari								■定員33名 21:00-21:30		■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	20:00
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子									20:30
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari					■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子		■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子				21:00
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari								■定員33名 21:00-21:30		■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	21:30
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子									22:30
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari					■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子		■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子				23:00
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari								■定員33名 21:00-21:30		■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子									
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari					■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子		■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子				
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari								■定員33名 21:00-21:30		■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子									
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari					■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子		■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子				
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari								■定員33名 21:00-21:30		■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子									
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari					■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子		■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子				
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari								■定員33名 21:00-21:30		■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子									
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari					■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子		■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子				
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari								■定員33名 21:00-21:30		■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子									
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari					■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子		■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子				
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari								■定員33名 21:00-21:30		■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子									
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari					■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子		■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子				
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari								■定員33名 21:00-21:30		■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子									
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari					■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子		■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子				
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari								■定員33名 21:00-21:30		■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子									
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari					■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子		■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子				
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari								■定員33名 21:00-21:30		■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子									
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari					■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子		■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子				
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari								■定員33名 21:00-21:30		■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子									
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari					■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子		■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子				
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari								■定員33名 21:00-21:30		■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子									
	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari					■定員33名 21:00-21:30	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス Mari	■定員27名 17:50-18:20 ホットヨーガ・アドバンス 渡辺綾子		■定員27名 17:50				