

メガロス上永谷

7月21日（月・祝）祝日スケジュール

MEGALOS KAMINAGAYA Time Line For Studio , Gym , Aqua

7月21日（月・祝）			
	スタジオA (3F)	スタジオB (4F)	ホットヨーガ
	営業開始 8 : 00		
8:30	ラジオ体操 8:15-8:30		
9:00	★有料スクール★ フラダンス 短期スクール 9:00-9:50 Natsuno	ミライク RUN 9:00-10:00	
9:30			
10:00	■ Web予約 定員45名 ■	■ 映像 定員20名 ■	■ 予約制 定員10名 ■ ホットヨーガベーシック30 9 : 50-10 : 20 野村 真紀
10:30	フラダンス 10:05-10:50 Natsuno	Group Centergy 10:15-11:00	
11:00	■ Web予約 定員35名 ■	■ 映像 定員20名 ■	■ 予約制 定員10名 ■ ホットヨーガベーシック30 11 : 00-11 : 30 野村 真紀
11:30	リトモス 11:05-11:50 小原 純子	Group Fight 11:20-12:05	
12:00	■ Web予約 定員45名 ■		
12:30	トラディショナルヨーガ 12:10-12:55 野村 真紀	■ 映像 定員20名 ■	
13:00	■ Web予約 定員35名 ■	Group Groove 12 : 30-13 : 15	
13:30	シェイプファイン 13:10-13:55 KAYO	■ 映像 定員20名 ■	
14:00		Group Blast 13:40-14:10	
14:30		■ 映像 定員20名 ■	■ 予約制 定員10名 ■ ホットリフレ30 14 : 20-14 : 50 KAYO
15:00		Group Centergy 14:30-15:00	
15:30			
16:00	キッズチアダンス リトル 15:30-16:25	ミライク キッズ 16:00-16:55	
16:30			
17:00	キッズチアダンス キッズ 16:30-17:25		
17:30		ミライク ジュニア 17:00-17:55	
18:00	キッズチアダンス ジュニア 17:30-18:25		
18:30			
19:00			
19:30			
20:00	マシンジム・プール利用時間は 18 : 50 まで 施設閉館時間 19 : 00		
20:30			