

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28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	GroupPower45 11:05-11:50 宗像祐輔	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	ミライク ジュニア 17:00-17:55	
17:30			
18:00	キッズチアダンス ジュニア 17:30-18:25		
18:30			
19:00	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		
19:30			
20:00			
20:30			