メガロス上永谷15周年イベントスケジュール　12月19日(土)～24日(木)

MEGALOS　KAMINAGAYA　Time Line For Studio & Aqua

	12/21月曜日		12/22火曜日		12/23水曜日		12/24木曜日		12/19土曜日		12/20日曜日		
	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	
8:00	通常営業開始　8:00		通常営業開始　8:00		通常営業開始　8:00		通常営業開始　8:00		通常営業開始　8:00		通常営業開始　8:00		8:00
8:30	ラジオ体操 8:15-8:30		ラジオ体操 8:15-8:30	■映像(予約不要) 定員20名■	ラジオ体操 8:15-8:30		ラジオ体操 8:15-8:30				ミライク RUN 8:15-9:10	■ルフレ会員のみ　定員10名■ Reformer Pilates Total Basic 8:30-9:15 野村　真紀	8:30
9:00	★有料スクール★ フラダンス 短期スクール 9:00-10:00 Natsuno	■映像(予約不要) 定員20名■ GroupCentergy 60 9:00-10:00	■Web予約 定員35名■ ZUMBA 9:00-9:45 KAYO	GroupCentergy 8:45-9:30	★有料スクール★ 太極拳 短期スクール 9:00-10:00 中川 友	■定員15名■ ★REBONS FIT シニアスクール (有料レッスン) 9:00-10:00	■Web予約 定員45名■ ボディデザインピラティス 9:00-9:45 遠藤 孝子	■映像(予約不要) 定員20名■ GroupFight 9:00-9:45	■Web予約 定員45名■ 太極拳 9:00-9:45 中川 友	ミライク キッズ 9:00-9:55		■Web予約　定員20名■ GroupCentergy 9:45-10:30 林山	9:00
9:30			■Web予約 定員35名■ シェイプファイン 10:00-10:30 KAYO	■Web予約 定員25名■ ボルトプラ 9:50-10:35 早川　嘉一郎					■Web予約 定員35名■ ZUMBA 10:00-10:45 水本　純子		ベビーミライク 9:30-10:20 有料・登録制	■有料レッスン 定員34名■ GroupGroove 10:45-11:30 明松＆林山	9:30
10:00	■Web予約 定員45名■ フラダンス 10:15-11:00 Natsuno	■ルフレ会員のみ　定員10名■ Reformer Pilates Total Basic 10:30-11:15 蔵人	■Web予約 定員45名■ ヴォーカリズム 10:45-11:30 張　ひろみ	■Web予約 定員25名■ フリースタイル 10:50-11:20 早川　嘉一郎	■Web予約 定員45名■ トラディショナルヨーガ 10:15-11:00 高橋 春子	ベビーミライク 11:00-11:50 有料・登録制	■Web予約 定員45名■ ペルヴィックストレッチ 10:00-10:45 遠藤 孝子	■ルフレ会員のみ　定員10名■ Reformer Pilates Total Basic 10:30-11:15 蔵人	■Web予約 定員45名■ ボディデザインピラティス 11:00-11:45 玉木　ひとみ	ミライク キッズ 10:00-10:55		ミライク キッズ 11:00-11:55	10:00
11:00	■Web予約 定員35名■ リトモス 11:15-12:00 小原 純子	■無料登録制■ Life＆サークル 11:40-12:10 ランニング	■Web予約 定員45名■ ハーモニズム 11:45-12:15 張　ひろみ	■無料登録制■ GroupGroove 11:40-12:10	■Web予約 定員24名■ 美脊柱ヨーガ 11:15-11:45 高橋　春子	■映像(予約不要) 定員20名■ GroupGroove 12:15-13:00	■Web予約 定員35名■ ZUMBA GOLD 11:00-11:45 稲生 沙代	■ルフレ会員のみ　定員10名■ Reformer Pilates Total Advance 11:30-12:15 玉木　ひとみ	■Web予約 定員35名■ GroupFight 12:00-12:45 北谷	ミライク ジュニア 11:00-11:55	■有料レッスン 定員7名■ VOLTBOX 12：00-12：45 北谷＆石西	ミライク ジュニア 12:00-12:55	11:00
12:00	■Web予約 定員45名■ トラディショナルヨーガ 12:15-13:00 野村　真紀	■映像(予約不要) 定員10名■ GroupPower 12:30-13:00	■Web予約 定員45名■ ピラティス 12:30-13:15 長内	■無料登録制■ Life＆サークル 12:30-13:00 ウォーキング	■Web予約 定員28名■ GroupPower 12:00-12:.30 宗像	■無料登録制■ Life＆サークル 13:30-14:00 ウォーキング	■Web予約 定員35名■ GroupCentergy 13:00-13:45 玉木　ひとみ	■映像(予約不要)　定員20名■ GroupFight 12:45-13:15	■Web予約 定員45名■ トラディショナルヨーガ 13:15-13:45 AUM	■Web予約 定員20名■ エンジョイエアロ 13:20-13:50 江本　いそ子	■Web予約 定員28名■ GroupPower 13:15-14:00 土居	■ルフレ会員のみ　定員10名■ Reformer Pilates Total Basic 13:20-14:05 瀧本	12:00
13:00	■Web予約 定員35名■ シェイプファイン 13:15-14:00 KAYO	■映像(予約不要) 定員20名■ GroupGroove 13:15-14:00	■Web予約 定員20名■ コンディショニング 13:30-14:00 長内		■Web予約 定員35名■ Group Groove 12:45-13:15 林山	■映像(予約不要) 定員20名■ GroupFight 14:15-15:00	■Web予約 定員35名■ GroupCentergy 13:00-13:45 玉木　ひとみ	■映像(予約不要)　定員20名■ GroupGroove 13:30-14:00	■Web予約 定員45名■ トラディショナルヨーガ 13:15-13:45 AUM	■ルフレ会員のみ　定員10名■ Reformer Pilates Total Basic 14:30-15:15 蔵人	■有料レッスン 定員34名■ GroupFight 14:15-15:00 土居＆北谷	■ルフレ会員のみ　定員10名■ Reformer Pilates Hip＆Legs 14:20-15:05 瀧本	13:00
14:00	■Web予約 定員7名■ VOLTBOX 14:15-14:45 津川				■Web予約 定員35名■ Group Centergy 13:30-14:00 林山	■映像(予約不要) 定員20名■	■Web予約 定員45名■ ボディデザインピラティス 14:00-14:30 玉木　ひとみ	■映像(予約不要)　定員20名■	■Web予約 定員28名■ GroupPower 14:00-14:45 宗像	■ルフレ会員のみ　定員10名■	■Web予約 定員28名■ GroupBlast 15:15-16:00 宗像	■ルフレ会員のみ　定員10名■	14:00
14:30								GroupFight 14:15-15:00		Reformer Pilates Total Basic 14:30-15:15 蔵人		Reformer Pilates Hip＆Legs 14:20-15:05 瀧本	14:30
15:00													15:00
15:30	キッズチアダンス リトル 15:30-16:25			キッズ ストリートダンス リトル 16:00-16:55	キッズチアダンス リトル 15:30-16:25				キッズチアダンス リトル 15:00-15:55	■ルフレ会員のみ　定員10名■ Reformer Pilates Waist 15:30-16:15 蔵人	■有料レッスン 定員18名■ TOBIPPA 16:15-16:45 TOBIPPA 16：50-17：20 宗像＆北谷	■ルフレ会員のみ　定員10名■ Reformer Pilates Total Advance 15:30-16:15 玉木 ひとみ	15:30
16:00		ミライク キッズ 16:00-16:55	キッズチアダンス リトル 16:00-16:55			ミライク キッズ 16:00-16:55							16:00
16:30	キッズチアダンス キッズ 16:30-17:25				キッズチアダンス キッズ 16:30-17:25				キッズチアダンス キッズ 16:00-16:55				16:30
17:00		ミライク ジュニア 17:00-17:55	キッズチアダンス キッズ 17:00-17:55	キッズ ストリートダンス キッズ 17:00-17:55		ミライク ジュニア 17:00-17:55		キッズ ストリートダンス リトル 17:00-17:55					17:00
17:30	キッズチアダンス ジュニア 17:30-18:25				キッズチアダンス ジュニア 17:30-18:25		キッズバレエ キッズ 16:30-17:25		キッズチアダンス ジュニア 17:00-17:55				17:30
18:00			キッズチアダンス ジュニア 18:00-18:55	キッズ ストリートダンス ジュニア 18:00-18:55		ミライク RUN 18:00-18:55	キッズバレエ ジュニア 17:30-18:25	キッズ ストリートダンス キッズ 18:00-18:55			24時間プラン会員様以外 プール利用時間18:30 マシンジム利用時間18:50 チェックアウト時間19:00		18:00
18:30													18:30
19:00	■Web予約 定員45名■		■女性専用Web予約　定員5名■	■映像(予約不要) 定員20名■	■Web予約 定員35名■	■映像(予約不要) 定員10名■	■Web予約 定員28名■						19:00
19:30	トラディショナルヨーガ 19:15-20:00 水本 純子	■ルフレ会員のみ　定員10名■ Reformer Pilates Hip&Legs 19:30-20:15 北谷	VOLTBOXビギナークラス 19:15-19:45 土居	GroupFight 19:30-20:15	リトモス 19:30-20:15 小原 純子	GroupBlast 19:30-20:15	Group Blast 19:15-20:00 玉木　陽	■ルフレ会員のみ　定員10名■ Reformer Pilates Total Basic 19:30-20:15 KURISU					19:30
20:00	■Web予約 定員35名■		■Web予約 定員7名■				■Web予約 定員35名■		24時間プラン会員様以外 プール利用時間19:30 マシンジム利用時間19:50 チェックアウト時間20:00				20:00
20:30	ZUMBA 20:15-21:00 KAYO		VOLTBOX 20:00-20:20 土居	■映像(予約不要) 定員20名■ GroupCentergy 20:30-21:00	■Web予約 定員45名■ パワーヨーガ 20:30-21:15 KURISU	■有料レッスン 定員10名■ GroupPower 20:30-21:15 大久保＆宗像	Group Fight 20:15-21:00 玉木　陽	■ルフレ会員のみ　定員10名■ Reformer Pilates Back＆Arms 20:30-21:15 KURISU	15周年スタジオイベント				20:30
21:00	■Web予約 定員20名■		■有料レッスン 定員34名■				■Web予約 定員35名■						21:00
21:30	TOBIPPA 21:15-21:45 北谷		GroupFight 20:40-21:40 布施＆高橋		■Web予約 定員7名■ VOLTBOXビギナークラス 21:30-21:50 宗像		Group Groove 21:15-22:00 玉木　陽		オレンジ枠は、15周年有料イベントになります。 詳細は別紙をご覧ください。				21:30
22:00									黄色枠は、レッスン内時間・担当者変更となります。				22:00
	24時間プラン会員様以外　プール利用時間22:30　/　マシンジム利用時間22:50　/　チェックアウト時間23:00												