

11月4日(月)祝日スタジオスケジュール

スタジオA		スタジオB	
【8:30 OPEN】			
8:30			8:30
9:00			9:00
9:30			9:30
10:00	定員45名	定員40名	10:00
10:30	エンジョイエアロ40 10:00-10:40 山岸 厚子	トラディショナルヨーガ45 10:00-10:45 かおり	10:30
11:00	定員45名	定員40名	11:00
11:30	ボディデザインピラティス45 11:00-11:45 山岸 厚子	ヴォーカリズム 11:00-11:30 かおり	11:30
12:00	定員35名	■有料制	12:00
12:30	Group Power30 12:05-12:35 土居 祥太郎	REBORNS FIT 12:00-13:00 喜屋武 長正	12:30
13:00	◆体験おすすめ◆ 定員45名	定員40名	13:00
13:30	Group Centergy45 12:55-13:40 和佐 七海	気功45 13:15-14:00 名古屋 勉	13:30
14:00	◆体験おすすめ◆ 定員45名	登録制《無料》 定員30名	14:00
14:30	infinity flow 13:55-14:25 和佐 七海	健康サークル ウェーブストレッチ30 14:15-14:45	14:30
15:00	定員45名	【映像】	15:00
15:30	ジャザサイズ 14:50-15:35 宮脇 尚子	Group Centergy30 15:00-15:30	15:30
16:00	◆体験おすすめ◆ 定員12名	■有料制	16:00
16:30	VOLTBOX20 16:00-16:20 石川 くるみ	ミライク 16:00-17:00 年長〜小3	16:30
17:00	◆体験者限定レッスン◆ 定員12名	■有料制	17:00
17:30	VOLTBOX20 16:35-16:55 石川 くるみ	ミライク RUN 17:00-18:00 小3〜中1	17:30
18:00	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> 体験者同伴で会員様もレッスン参加が可能！ 是非、メガロスに通われていない ご家族やご友人をお誘いください★ ※事前ご予約が必要です </div>		18:00
18:30	定員45名		18:30
19:00	ZUMBA®45 18:30-19:15 池内 一裕		19:00
19:30			19:30
20:00	【施設利用 19:50まで】【チェックアウト 20:00まで】		20:00