

2024年9月 メガロス葛飾 いちねんサポートプログラム スケジュール

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		土曜日		日曜日	
13:00										13:00	
13:15	13:00-13:30 スタート					13:00-13:30 スタート	13:00-13:30 スタート	13:00-13:45 アドバンス	13:15		
13:30							13:30				
13:45								13:45			
14:00								14:00			
14:15	14:00-14:45 アドバンス					14:00-14:45 アドバンス	14:00-14:45 アドバンス	14:00-14:30 スタート	14:15		
14:30									14:30		
14:45									14:45		
15:00									15:00		
15:15								15:00-15:30 スタート(女性専用)	15:00-15:30 スタート(女性専用)	15:15	
15:30							15:30				
15:45							15:45				
16:00							16:00				
16:15					16:00-16:45 アドバンス	16:00-16:45 アドバンス	16:15				
16:30							16:30				
16:45							16:45				
19:30										19:30	
19:45	19:30-20:00 スタート	19:30-20:00 スタート	19:30-20:00 スタート(女性専用)	19:30-20:15 アドバンス	■ 祝日は実施時間が以下の通りに変更となります。 【平日夜】 【祝日】 19:30～ ⇒ 15:00～ 20:30～ ⇒ 16:00～				19:45		
20:00									20:00		
20:15									20:15		
20:30									20:30		
20:45	20:30-21:15 アドバンス	20:30-21:00 スタート(女性専用)	20:30-21:15 アドバンス	20:30-21:00 スタート					20:45		
21:00									21:00		
21:15									21:15		
MEGALOS											