



2024/12 メガロス葛飾

※年末は12/28(土)21:00まで営業いたします

★サークル生募集中!! 詳しくはお近くのキャストまで!! ★
※祝日等はスケジュールが変更する場合がありますので別途特別スケジュールをご確認ください

プールエリア フリー遊泳日
12/10(火)

更新日: 2024/11/10



Latin Express con Salsa

■営業時間	平日	9:00~23:00
	土曜日	9:00~21:00
	日曜日・祝日	9:00~20:00
■休館日	毎週金曜日・夏期・年末年始	

	月曜日 MONDAY				火曜日 TUESDAY				水曜日 WEDNESDAY					
	3F フィット		4F リ・ピュア	プール	3F フィット		4F リ・ピュア	プール	3F フィット		4F リ・ピュア	プール		
	A	B		A	B		A	B	A	B				
9:00	営業開始 9:00												9:00	
9:30			【定員 36名】9:10-9:55 アクアダンス45 森 裕子									9:30-9:50 マインドフルネスAQUA 小田喜桃子	9:30	
10:00														10:00
10:30														10:30
11:00														11:00
11:30														11:30
12:00														12:00
12:30														12:30
13:00														13:00
13:30														13:30
14:00														14:00
14:30														14:30
15:00														15:00
15:30														15:30
16:00														16:00
16:30														16:30
17:00														17:00
17:30														17:30
18:00														18:00
18:30														18:30
19:00														19:00
19:30														19:30
20:00														20:00
20:30														20:30
21:00														21:00
21:30														21:30
22:00														22:00
22:30														22:30
23:00	チェックアウトタイム 23:00 ※24時間会員の方を除く												23:00	

期間限定で導入☆

1・3週目
ウォーキング
2・4週目
ボディメイク

	木曜日 THURSDAY					土曜日 SATURDAY					日曜日 SUNDAY				
	3F フィット		4F リ・ビュア	プール		3F フィット		4F リ・ビュア	プール		3F フィット		4F リ・ビュア	プール	
	A	B				A	B				A	B			
	営業開始 9:00														
9:00															8:30
9:30															9:00
10:00															10:00
10:30															10:30
11:00															11:00
11:30															11:30
12:00															12:00
12:30															12:30
13:00															13:00
13:30															13:30
14:00															14:00
14:30															14:30
15:00															15:00
15:30															15:30
16:00															16:00
16:30															16:30
17:00															17:00
17:30															17:30
18:00															18:00
18:30															18:30
19:00															19:00
19:30															19:30
20:00															20:00
20:30															20:30
21:00															21:00
21:30															21:30
22:00															22:00
22:30															22:30
23:00	チェックアウトタイム 23:00														

1・3週目
Group Power
2・4週目
Group Blast

1・3週目
ボディメイク
2・4週目
ランニング

チェックアウトタイム 20:00 ※24時間会員の方を除く

■スタジオレッスンについて
 ・全クラス【予約制】となっております。『スタジオ予約システム』にて事前にご登録の上、ご参加ください。
 ※映像レッスンは除く（途中入室可能）
 ・レッスン予約公開期間は、21日先の同時刻に終了するレッスンまでとなります。
 ・同時予約可能枠数は、ご登録の会員種別によって異なります。
 ・予約締め切りは、レッスン開始5分前です。
 ・予約の変更（場所の変更・キャンセル）は、レッスン開始30分前までです。
 ・スタジオへの入場は、レッスン開始10分前からです。
 ・スタジオへの入場順は、ございません。開始時刻までにご入場ください。
 ・急な休講・変更の場合がございます。その際は、レッスンにご予約をいただいている皆様へスタジオ予約システムにご登録いただいているアドレスへメールにてお知らせいたします。
 ・スタジオ予約システムのご利用ができない方の予約方法や、その他ご不明な点がございましたらキャストまでお尋ねください。
 ・マスク着用は任意となります。

チェックアウトタイム 21:00 ※24時間会員の方を除く

【スタジオビギナーズの設置】
 こちらのクラスは、入会日から1年未満の方がご参加できる限定クラスとなります。
 《参加対象》入会日から1年未満
 例) 2024年10月1日入会の方 ⇒ 2025年10月末日までのレッスン分まで参加可能。

【体験枠確保レッスンの設置】
 こちらのクラスは、体験者分として1枠確保させていただきます。
 体験者の参加がなかった場合の参加枠確保はございません。予めご了承ください。

アフター
スクール

1・3週目
ボディメイク
2・4週目
ランニング