

# メガロス葛飾

🍁2025年9月23日（火・祝）秋分の日 特別スケジュール🍁

|                | 3F フィッツ                                            | 4F リ・ピュア                                                | プール                                                   |
|----------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|                | 営業開始 9:00                                          |                                                         |                                                       |
| 9:00           |                                                    |                                                         |                                                       |
| 9:30           |                                                    |                                                         |                                                       |
| 10:00          |                                                    | 【定員 12名】                                                | 10:00-10:20<br>マインドフルネスAQUA 野尻三                       |
| 10:30          | 【予約制 28名】                                          | 【有料スクール】<br>10:20-11:20<br>REBORNS FIT<br>畑中実           | 【定員 36名】10:30-11:00<br>スマイルアクアダンス30 木部二<br>望子         |
| 11:00          | 10:55-11:25<br>エンジョイステップ 高橋里枝                      |                                                         | 11:05-11:25<br>フィンスイム                                 |
| 11:30          | 【予約制 28名】                                          |                                                         |                                                       |
| 12:00          | 11:40-12:25<br>バーニングステップ 高橋里枝                      | 【予約制 20名】                                               |                                                       |
| 12:30          | 【予約制 37名】                                          | 11:55-12:25<br>しなやかバレエストレッチ 鈴木結花                        | 12:00-12:30<br>パーソナルレッスン 宮村・平田                        |
| 13:00          | 12:40-13:25<br>Group Fight 小田喜桃子                   | 12:35-13:05<br>やさしいバレエ 鈴木結花<br>※バレエシューズ推奨、または靴下をご用意ください | 【有料制】<br>12:30-13:30<br>スイムスクール<br>【中級】 宮村<br>【上級】 平田 |
| 13:30          |                                                    | 13:20-14:05<br>ハウスダンス 万里                                |                                                       |
| 14:00          | 【予約制 10名】※スタジオビギナーズ<br>14:00-14:20<br>VOLTBOX 與那覇樹 |                                                         |                                                       |
| 14:30          | 【予約制 10名】                                          |                                                         |                                                       |
| 15:00          | 14:35-15:05<br>VOLTBOX 與那覇樹                        |                                                         | スクール準備                                                |
| 15:30          |                                                    |                                                         | 15:00-16:00<br>キッズ<br>スイミング                           |
| 16:00          |                                                    |                                                         |                                                       |
| 16:30          |                                                    | 【キッズスクール】<br>16:30-17:30<br>キッズチアダンス                    | 16:00-17:00<br>キッズ<br>スイミング                           |
| 17:00          |                                                    |                                                         |                                                       |
| 17:30          |                                                    | 【キッズスクール】<br>17:30-18:30<br>キッズチアダンス                    | 17:00-18:00<br>キッズ<br>スイミング                           |
| 18:00          | 【キッズスクール】<br>18:00-19:00<br>ミライクRUN                |                                                         |                                                       |
| 18:30          |                                                    |                                                         |                                                       |
| 19:00          |                                                    |                                                         |                                                       |
| 19:30          |                                                    |                                                         |                                                       |
| 施設閉館時間 20 : 00 |                                                    |                                                         |                                                       |