メガロス葛飾

🏆2025年10月13日 (月・祝)スポーツの日 特別スケジュール🏆

	3F フィット	4F リ・ピュア	プール
	営業開始 9:00		
9:00			別途 スケジュール をご 確認 くだ さい
9:30			
10:00		【予約制 25名】	
10:30		10:20-10:50 ホットヨーガベーシック やすおかともの	
11:00	【予約制 28名】	【予約制 25名】	
11:30	11:05-11:50 アドバンスエアロ MASATO	11:10-11:55 ホットヨーガリセット 骨盤 やすおかともの	
12:00	【予約制 28名】	【予約制 25名】	
12:30	12:05-12:35 エンジョイエアロ MASATO	12:15-13:00 ホットヨーガリセット 肩こり 木村絵美子	
13:00	12:55-13:25 TOBIPPA 高橋隆一・山口真人	有料特別レッスン開催☆ 詳細は別途POPをご確認ください	
13:30	【予約制 37名】 HelloWebコード 024001803	【予約制 25名】	
14:00	13:45-14:30 ZUMBA(45分クラス) 村松和美	13:50-14:20 歌ってmove 畑中実	
14:30			
15:00	【予約制 37名】		
15:30	15:00-15:45 ボディデザインピラティス 村松和美		
16:00			
16:30			
17:00	【キッズスクール】 16:30-17:30 ミライク【キッズ】	【キッズスクール】 17:00-18:00 キッズバレエ【ベーシック】	
17:30			
18:00	【キッズスクール】 17:30-18:30 ミライク【ジュニア】	【キッズスクール】 18:00-19:15 キッズバレエ【アドバンス】	
18:30			
19:00			
19:30			
施設閉館時間 20:00			