

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

2026.02
更新

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		土曜日		日曜日	
13:00	13:00-13:30 スタート 高橋隆一			13:00-13:30 スタート 畑中実	13:00-13:30 スタート 小鹿泰輝	13:00-13:45 アドバンス 山口真人	13:00				
13:15							13:15				
13:30						13:30					
13:45				13:45							
14:00	14:00-14:45 アドバンス 高橋隆一			14:00-14:45 アドバンス 畑中実	14:00-14:45 アドバンス 山口真人	14:00-14:30 スタート 山口真人	14:00				
14:15							14:15				
14:30						14:30					
14:45								14:45			
15:00							15:00-15:30 スタート(女性専用) 伊藤郷恭	15:00-15:30 スタート(女性専用) 山口真人	15:00		
15:15									15:15		
15:30							15:30				
15:45							15:45				
16:00		16:00-16:45 アドバンス 與那覇樹	16:00-16:45 アドバンス 畑中実				16:00				
16:15							16:15				
16:30							16:30				
16:45							16:45				
19:30	19:30-20:00 スタート 坂田秀道	19:30-20:00 スタート 山口真人	19:30-20:00 スタート(女性専用) 坂田秀道	19:30-20:15 アドバンス 小鹿泰輝	■ 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～		19:30				
19:45							19:45				
20:00				20:00							
20:15		20:15									
20:30	20:30-21:15 アドバンス 坂田秀道	20:30-21:00 スタート(女性専用) 與那覇樹	20:30-21:15 アドバンス 坂田秀道	20:30-21:00 スタート 小鹿泰輝			20:30				
20:45							20:45				
21:00							21:00				
21:15								21:15			

MEGALOS