

# メガロス葛飾

**2026年7月20日 (月・祝)海の日 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			プールエリアのスケジュールは別途ご確認ください
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 やすおかとこ	
11:00	【予約制 28名】	【予約制 25名】	
11:30	11:05-11:50 バーニングステップ 渡辺睦美	11:10-11:55 ホットヨーガリセット 骨盤 やすおかとこ	
12:00	【予約制 28名】	【予約制 25名】	
12:30	12:05-12:35 エンジョイステップ 渡辺睦美	12:15-13:00 ホットヨーガリセット 肩こり 木村絵美子	
13:00	【予約制 37名】		
13:30	13:10-13:40 ジャズダンス 江藤栄子	【予約制 22名】	
14:00	【予約制 37名】	13:45-14:30 Group Centergy 伊藤郷恭	
14:30	13:55-14:25 フラダンス 江藤栄子		
15:00	【予約制 37名】		
15:30	15:00-15:45 Group Fight 高橋隆一		
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	【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】	
18:00			
18:30			
19:00			
19:30			
施設閉館時間 20:00			