

11月4日（月・祝）スタジオスケジュール ※スケジュールの変更がある場合がございます。

	スタジオ	ルフレスタジオ	ホットスタジオ
9:00		MEGALOS_Reflet	
10:00			
10:30	【ベビースクール】 ベビーミライク 10:00-10:45		
11:00	【定員20名】		
11:30	歌うボイスエクササイズ 11:00-11:45 ENIWA	【アフタースクール】 説明会 11:00-12:00	
12:00	【定員30名】		【定員8名】
12:30	トラディショナルヨーガ 12:15-12:45 西内やよい	【定員9名】	ホットヨーガ・ベーシック 12:00-12:45 岩本律子
13:00	【定員30名】	Reformer pilates Hip & Legs45 12:45-13:30 朴谷唯	
13:30	ボディデザインピラティス 13:00-13:30 葉月ちひろ		
14:00	【定員30名】	【定員10名】	
14:30	Group Fight 13:45-14:15 貫井道浩	VOLTBOX 14:00-14:30 朴谷唯	
15:00		はレッスン消化対象外です	
15:30		【定員12名】	
16:00	【キッズスクール】 ミライク キッズ 15:30-16:30	【映像】 Group Fight 30 15:30-16:00	
16:30		【定員12名】	
17:00	【キッズスクール】 ミライク ジュニア 16:30-17:30	【映像】 Group Centergy 30 16:30-17:00	
17:30			
18:00	【キッズスクール】 ミライク ラン 17:30-18:30		
18:30			

チェックアウト：19:00(フルタイム会員様は、19時以降も24時間施設をご利用頂けます。)

- スタジオレッスンについて
 - 全クラス【WEB予約制】となっております。※映像レッスンは除く
 - WEB予約には事前の登録が必要です。
 - WEB予約締め切りは、レッスン開始5分前です。
 - WEB予約締切後の空枠分の整理券配布はございません。
 - スタジオへの入場は、レッスン開始10分前からレッスン開始時刻までにご入場ください。
 - 急な休講・変更がある場合がございます。

- ホットヨーガについて
 - 換気の為、平常時より温度や湿度が下がる場合がございます。
 - ご理解、ご協力の程、よろしくお願い申し上げます。