

# 1月13日（月・祝）スタジオスケジュール

	スタジオ	ルフレスタジオ	ホットスタジオ
9:00		<b>MEGALOS _ Reflet</b>	
10:00	【ベビースクール】 ベビーミライク	【メガロスミライク体験会】 10:00-11:00	
10:30	10:00-10:45		
11:00	【定員20名】	【アフタースクール体験会】 11:00-11:30	
11:30	歌うボイスエクササイズ 11:00-11:45 ENIWA		
12:00	【定員30名】	【定員10名】	【定員8名】
12:30	トランスショナルヨーガ 12:15-12:45 西内やよい		
13:00	【定員30名】	Infinity kick 12:30-13:00 二階堂奈保美	ホットヨーガ・ベーシック 12:00-12:45 岩本律子
13:30	ボディデザインピラティス 13:00-13:30 葉月ちひろ	【定員16名】	
14:00	【映像】 Group Fight 30 13:45-14:15	VOLTJUMP 13:45-14:30 綿貫夏生	
14:30			
15:00		はレッスン消化対象外です 【定員12名】	
15:30	【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	
16:00		【定員12名】	
16:30	【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	
17:00			
17:30	【キッズスクール】 ミライク ラン 17:30-18:30		
18:00			
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。