

店舗情報		
■ 営業時間	月曜日～木曜日	9:30～23:30
	土曜日	9:30～21:00
	日曜・祝日	9:30～19:00
■ 休館日	毎週金曜日、夏期、年末年始	

MEGALOS Reflet Kinshicho Time Line For Studio																										
	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		土曜日		日曜日															
	ルフレスタジオ	ホットスタジオ	ルフレスタジオ	ホットスタジオ	ルフレスタジオ	ホットスタジオ	ルフレスタジオ	ホットスタジオ	ルフレスタジオ	ホットスタジオ	ルフレスタジオ	ホットスタジオ														
	チェックイン 9:30								【キッズスクール】 キッズ空手 9:00-10:00	チェックイン 9:30																
9:30	【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 11:30-12:15 出口優子	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 12:00-12:45 岩本 律子	【定員10名】 Reformer pilates Hip&Legs45 11:45-12:30 出口優子	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 11:05-11:50 石井裕子	【定員10名】★ Reformer pilates Total Basic45 11:15-12:00 綿貫夏生	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 11:15-12:00 中波美穂	【定員10名】 Reformer pilates Waist45 11:50-12:35 大塚奈津実	【定員8名】 ホットヨーガリセット・冷えむくみ 11:30-12:15 加藤 聖子	【定員16名】 VOLTJUMP 12:30-13:15 綿貫 夏生	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 11:00-11:45 田中 真紀	【キッズスクール】 ミライク ジュニア 10:00-11:00	【定員8名】 ホットヨーガ・ウエストシェイプ 10:30-11:15 岩本 律子	9:30													
10:00														10:00												
10:30											【定員8名】			10:30												
11:00															11:00											
11:30			【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 12:00-12:45 岩本 律子	【定員10名】 Reformer pilates Total Advance45 13:00-13:45 出口優子	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 12:30-13:30 西内 やよい	【定員10名】 Reformer pilates Upper Body45 14:00-14:45 鈴木友梨	【定員10名】 Reformer Active 15:00-15:30 鈴木友梨	【定員10名】 Reformer pilates Waist45 16:00-16:45 大塚奈津実	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 16:00-16:45 中波 美穂	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員10名】 Reformer pilates Stretch flow 18:45-19:15 鈴木友梨	【定員8名】 ホットヨーガ・ウエストシェイプ 19:00-19:45 盛岡尚美	11:30													
12:00																				12:00						
12:30																							12:30			
13:00																							13:00			
13:30														13:30												
14:00														14:00												
14:30														14:30												
15:00														15:00												
15:30														15:30												
16:00														16:00												
16:30														16:30												
17:00														17:00												
17:30														17:30												
18:00														18:00												
18:30														18:30												
19:00	【定員10名】★ Infinity kick 16:30日 実施 19:00-19:30 星風矢	【定員8名】 ホットヨーガ・ウエストシェイプ 19:00-19:45 盛岡尚美	【定員10名】 Reformer pilates Stretch flow 18:45-19:15 鈴木友梨	【定員10名】 Infinity kick 18:45-19:15 大塚奈津実	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 19:30-20:15 齋藤こず恵	【定員16名】 VOLTJUMP 19:15-20:00 綿貫夏生	【定員8名】 ホットヨーガパワー・ベーシック 20:00-21:00 KURISU	【定員10名】 Reformer pilates Stretch flow 20:45-21:15 鈴木友梨	【定員10名】 Reformer pilates Total Basic 15:15-16:00 鈴木友梨	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 16:00-16:45 中波 美穂	【定員10名】 Reformer pilates Waist45 16:00-16:45 大塚奈津実	【定員10名】 Reformer Active 15:00-15:30 鈴木友梨	【定員8名】 ホットヨーガ・ウエストシェイプ 19:00-19:45 盛岡尚美	19:00												
19:30																								19:30		
20:00																										20:00
20:30																										20:30
21:00														21:00												
21:30														21:30												
22:00														22:00												
22:30														22:30												
23:00														23:00												
23:30														23:30												
※チェックアウトタイム 23 : 30																										