

2026.3/20(金祝)
特別スケジュール ~Women Only~

MEGALOS

スタジオ	
9:00	9:00
9:30	9:30
10:00	10:00
10:30	10:30 10:30-11:00 健康サークル
11:00	
11:30	【Web予約 21名】 11:30-12:15 ホットヨガ
12:00	ウエストシェイプ 桜木和美 
12:30	【Web予約 21名】 12:40-13:25 ホットヨガリセット
13:00	冷え・むくみ 桜木和美 
13:30	
14:00	【Web予約 16名】 13:50-14:35 VOLTJUMP
14:30	MISA 
15:00	
15:30	15:15-16:15 ミライスクール
16:00	キッズ 
16:30	16:15-17:00 くずはモール キッズプロジェクト 体操教室
17:00	
17:30	17:00-18:00 ミライスクール ジュニア 
18:00	
18:30	【定員 16名】 18:25-18:55 Group Fight NAOYUKI 
19:00	【Web予約 16名】 19:15-19:45 Group Centergy NAOYUKI 
19:30	
20:00	
20:30	
21:00	
 マークはバスタオル  マークはシューズが必要なレッスンです。	