

メガロス南砂町SUNAMO

2月11日（水）祝日スケジュール

| | スタジオA | スタジオB |
|-------|---|---|
| | 10：00～ OPEN | |
| 10:00 | ■有料イベント■ 定員35名 | |
| 10:30 | 10:15-11:15 LESMILLS BODYSTEP 美宅玲子 | 【WEB予約制】 定員30名 |
| 11:00 | | 10:30-11:15 太極拳 YUMI 弓 |
| 11:30 | 【WEB予約制】 定員30名 | |
| 12:00 | 11:30-12:15 オリジナルコンディショニング ORI | 【WEB予約制】 定員8名 |
| 12:30 | 【WEB予約制】 定員30名 | 11:40-12:10 Reformer Pilates【ルフレ限定】 -Stretch flow30- 未定 |
| 13:00 | 12:30-13:15 オリジナルピラティス ORI | 【WEB予約制】 定員8名 |
| 13:30 | 【WEB予約制】 定員40名 | 12:20-13:05 Reformer Pilates【ルフレ限定】 -Total Basic45- 未定 |
| 14:00 | 13:30-14:15 LESMILLS BODYATTACK kyohei | 【WEB予約制】 定員8名 |
| 14:30 | 【WEB予約制】 定員40名 | 13:20-14:05 Reformer Pilates -Total Basic45- 坂本絢子 |
| 15:00 | 14:30-15:15 LESMILLS BODYCOMBAT kyohei | ↑女性限定クラス↑ |
| 15:30 | | |
| 16:00 | 15:30-16:30 ストリートダンス スタートクラス | 14:30-15:15 キッズ利用 |
| 16:30 | | |
| 17:00 | 16:30-17:30 ストリートダンス キッズクラス | 15:30-16:30 ミライク キッズクラス |
| 17:30 | | 16:30-17:30 ミライク ジュニアクラス |
| 18:00 | | |
| 18:30 | | |
| 19:00 | | |
| 19:30 | | |
| 20:00 | マシンジム・プールのご利用時間は19:50まで 最終退館時間 20:00 | |