

メガロス本八幡

9月16日（月祝）祝日特別スケジュール

	スタジオA	スタジオB
9:00		
9:30		
10:00	 <p>■映像・23名</p>	<p>■定員制・40名</p>
10:30	<p>《LIVEレッスン》 PILATES 10:00-11:00 葉月ちひろ</p>	<p>トラディショナルヨーガ 10:00-10:45 岩本律子</p>
11:00	<p>■定員制・30名</p>	<p>■定員制・40名</p>
11:30	<p>メガダンス 11:15-12:00 mii</p>	<p>エンジョイエアロ 11:10-11:50 桜井志奈</p>
12:00	<p>■定員制・30名</p>	<p>■定員制・40名</p>
12:30	<p>太極拳 12:20-12:50 Tommy.</p>	<p>バーニングステップ 12:10-12:40 桜井志奈</p>
13:00	<p>■有料イベント・30名</p>	<p>■定員制・40名</p>
13:30	<p>入門新扇22式 VOL.6 13:05-13:55 Tommy.</p>	<p>Group Fight 13:00-13:30 海保貴子</p>
14:00	 <p>■映像・23名</p>	<p>ZUMBA 13:50-14:35 KATI</p>
14:30	<p>【映像】Group Centergy 14:10-14:25</p> <p>■定員制・30名</p>	
15:00	<p>フリースタイルSTAGE ～ハウスダンス～ 14:45-15:30 万里</p>	<p>■定員制・40名</p> <p>Group Centergy 14:55-15:25 生田里美</p>
15:30		
16:00	 <p>■映像・23名</p>	<p>■定員制・40名</p>
16:30	<p>【映像】 Group Fight 16:00-16:30</p>	<p>Group Blast 16:00-16:45 塩倉楓菜</p>
17:00	 <p>■映像・23名</p>	
17:30	<p>【映像】 Group Centergy 17:00-18:30</p>	
18:00		
18:30		
19:00		
19:30		
20:00	<p>24時間会員様以外の会員の方の 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</p>	
	<p>■初めての方でも安心してご参加いただけるクラスです。</p>	

メガロス本八幡

9月23日（月祝）祝日特別スケジュール

	スタジオA	スタジオB
9:00		
9:30		
10:00	 <p>■映像・23名</p>	<p>■定員制・40名</p>
10:30	<p>《LIVEレッスン》 PILATES 10:00-11:00 葉月ちひろ</p>	<p>トラディショナルヨーガ 10:00-10:45 岩本律子</p>
11:00	<p>■定員制・30名</p>	<p>■定員制・40名</p>
11:30	<p>メガダンス 11:15-12:00 mii</p>	<p>エンジョイエアロ 11:10-11:50 桜井志奈</p>
12:00	<p>■定員制・30名</p>	<p>■定員制・40名</p>
12:30	<p>太極拳 12:20-12:50 Tommy.</p>	<p>バーニングステップ 12:10-12:40 桜井志奈</p>
13:00	<p>■有料イベント・30名</p>	<p>■定員制・40名</p>
13:30	<p>入門新扇22式 VOL.7 13:05-13:55 Tommy.</p>	<p>Group Fight 13:00-13:30 海保貴子</p>
14:00	 <p>■映像・23名</p>	<p>ZUMBA 13:50-14:35 KATI</p>
14:30	<p>【映像Group Fight 14:10-14:25</p>	
15:00	<p>■定員制・30名</p>	<p>■定員制・40名</p>
15:30	<p>フリースタイルSTAGE ～ハウスダンス～ 14:45-15:30 万里</p>	<p>Group Centergy 14:55-15:25 生田里美</p>
16:00		<p>■有料イベント・20名</p>
16:30	<p>キッズスクール HIPHOP 16:00-17:00 【キッズ】</p>	<p>逆T2台固定 ステップ50 16:00-16:50 渡辺睦美</p>
17:00		
17:30	<p>キッズスクール HIPHOP 17:00-18:00 【ジュニア】</p>	
18:00		
18:30		
19:00		
19:30		
20:00	<p>24時間会員様以外の会員の方の 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</p>	
	<p>■初めての方でも安心してご参加いただけるクラスです。</p>	

【9/23(月祝)有料イベント開催】

Tommy. 入門新扇22式 VOL.6・7

待望の新扇22式第5弾！

一つ一つの動きを確実に スムーズな套路に繋げ ゆっくり覚えていきましょう。
扇を持つのが初めての方からベテランの方まで 一緒に楽しみましょう！
扇は無料でお貸し致します。申し込み時に御申し出ください。
太極拳のバリエーションを楽しみましょう！



【日時】：2024年9月16日・23日（月祝）

【時間】：13：05～13：55（50分）

【場所】：スタジオA

【料金】：1,430円（税込）

【担当】：Tommy.

【定員】：30名(最少遂行 8名)

【受付・入金】：まいMEGAネットにて予約、WEB決済

※WEB決済以外の方は当日11時よりフロント受付開始

【受付期間】：8月24日（土）10：00～ イベント開始1分前まで

※メガロス会員外の方は8月31日（土）10：00～受付開始

【キャンセル返金】

9月21日（土）までにご自身で手続きのうえキャンセル手数料として、
550円（税込）を差し引いた金額を返金

【9/23(月祝)有料イベント開催】

渡辺睦美 逆T2台固定 ステップ°50

1人2台のステップ台を使用する固定2台 逆Tマルチレッスン。

いつもとは違う視点で楽しめるレッスンです♪

ステップレッスンに慣れてきた方に楽しんでいただけるレッスンとなっております♪

みなさまのご参加を心からお待ちしております！

【日時】：2024年9月23日（月祝）

【時間】：16：00～16：50（50分）

【場所】：スタジオB

【料金】：1,600円（税込）

【担当】：渡辺睦美

【定員】：22名(最少遂行 7名)

【受付・入金】：まいMEGAネットにて予約、WEB決済

※WEB決済以外の方は当日11時よりフロント受付開始

【受付期間】：8月24日（土）10：00～ イベント開始1分前まで

※メガロス会員外の方は8月31日（土）10：00～受付開始

【キャンセル返金】

9月21日（土）までにご自身で手続きのうえキャンセル手数料として、
550円（税込）を差し引いた金額を返金

