

メガロス本八幡

11月23日（土祝）祝日特別スケジュール

	スタジオA	スタジオB
9:00	キッズスクール ミライク 8:00-9:00 【ジュニア】	営業開始 9:00
9:30	キッズスクール ミライク 9:00-10:00 【キッズ】	■定員制・40名
10:00		美曲線ヨーガ 9:30-10:15 坂井結美
10:30	キッズスクール ミライク 10:00-11:00 【キッズ】	■定員制・40名
11:00		バーニングエアロ 10:50-11:20 土橋さとみ
11:30	キッズスクール ミライク 11:00-12:00 【ジュニア】	■定員制・40名
12:00		エンジョイエアロ 11:35-12:05 土橋さとみ
12:30	■定員制・30名 ウォーキング/ジョギング サークル 12:15-12:45 田中誠	■定員制・40名
13:00		Group Blast 12:25-12:55 塩倉楓菜
13:30	■定員制・30名	■定員制・10名
13:30	【映像】 Group Groove 13:10-13:55	VOLTBOX 13:15-13:35 塩倉楓菜
14:00		■定員制・40名
14:30	キッズスクール ミライク 14:15-15:15 【キッズ】	infinity flow 13:55-14:10 塩倉楓菜 ↑※女性限定※↑ ■定員制・40名
15:00		ZUMBA 14:30-15:15 山田明美
15:30	キッズスクール ミライク 15:15-16:15 【ジュニア】	■定員制・40名
16:00		Group Centergy 15:30-16:15 井上菊代
16:30	■定員制・30名	■定員制・40名
17:00	トラディショナルヨーガ 16:40-17:10 井上菊代	Group Fight 16:30-17:15 田中誠
17:30		■定員制・40名
18:00	■定員制・24名	アドバンスエアロ 17:30-18:15 江村浩二
18:30	バレエ45 18:00-18:45 高井景介	■定員制・40名
19:00		アドバンスステップ 18:30-19:15 江村浩二
19:30		
20:00	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	
	■初めての方でも安心してご参加いただけるクラスです。	