

メガロス本八幡

1月12日（月）祝日営業スケジュール

	スタジオA	スタジオB
9:00		
9:30		
10:00		■定員制・40名
10:30	Fitness Theater ■映像・23名	トライショナルヨガ 10:00-10:45 岩本律子
11:00	《ビデオレッスン》 PILATES 10:35-11:35 葉月ちひろ	■定員制・40名
11:30		エンジョイエアロ 11:10-11:50 桜井志奈
12:00	■定員制・30名 太極拳 12:05-12:35 Tommy.	■定員制・40名 バーニングステップ 12:10-12:40 桜井志奈
12:30	■有料スクール・30名 《短期スクール》 太極拳42式総合 12:50-13:40 Tommy.	■定員制・40名 Fitop 13:00-13:45 NOA
13:00		■定員制・40名
13:30		
14:00	Fitness Theater 【映像】Group Centergy 14:10-14:25	■定員制・40名 Group Centergy 14:00-14:30 生田里美
14:30		■定員制・40名
15:00	■定員制・30名 歌ってmove 14:50-15:20 生田里美	フリースタイルSTAGE ～ハウスダンス～ 14:45-15:30 万里
15:30		
16:00	キッズスクール チアダンス 15:45-19:00	キッズスクール HIPHOP 16:00-17:00 【キッズ】
16:30		キッズスクール HIPHOP 17:00-18:00 【ジュニア】
17:00		
17:30		
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
		■初めての方でも安心してご参加いただけるクラスです。