

# サークルカレンダー

12月度 休講日: 12/29-31						
曜日	日	月	火	水	木	金
日付	1	2	3	4	5	6
週目	1週目	1週目	1週目	1週目	1週目	1週目
L&Sサークル	ウォーキング			ボディメイク		
日付	8	9	10	11	12	13
週目	2週目	2週目	2週目	2週目	2週目	2週目
L&Sサークル	ボディメイク			ランニング		
日付	15	16	17	18	19	20
週目	3週目	3週目	3週目	3週目	3週目	3週目
L&Sサークル	ウォーキング			ボディメイク		
日付	22	23	24	25	26	27
週目	4週目	4週目	4週目	4週目	4週目	4週目
L&Sサークル	ボディメイク			ランニング		
日付	29	30	31			
週目	休講日	休講日	休講日			
L&Sサークル						

  

1月度 祝日: 1/13 休講日: 1/1-2						
曜日	日	月	火	水	木	金
日付				1	2	3
週目				休講日	休講日	1週目
L&Sサークル						
日付	5	6	7	8	9	10
週目	1週目	1週目	1週目	1週目	1週目	2週目
L&Sサークル	ウォーキング			ボディメイク		
日付	12	13	14	15	16	17
週目	2週目	2週目	2週目	2週目	2週目	3週目
L&Sサークル	ボディメイク			ランニング		
日付	19	20	21	22	23	24
週目	3週目	3週目	3週目	3週目	3週目	4週目
L&Sサークル	よさこい			ボディメイク		
日付	26	27	28	29	30	31
週目	4週目	4週目	4週目	4週目	4週目	4週目
L&Sサークル	ボディメイク			ランニング		

  

2月度 祝日: 2/11,24 休講日: ぬし						
曜日	日	月	火	水	木	金
日付						1
週目						1週目
L&Sサークル						
日付	2	3	4	5	6	7
週目	1週目	1週目	1週目	1週目	1週目	2週目
L&Sサークル	よさこい			ボディメイク		
日付	9	10	11	12	13	14
週目	2週目	2週目	2週目	2週目	2週目	3週目
L&Sサークル	ボディメイク			ランニング		
日付	16	17	18	19	20	21
週目	3週目	3週目	3週目	3週目	3週目	4週目
L&Sサークル	よさこい			ボディメイク		
日付	23	24	25	26	27	28
週目	4週目	4週目	4週目	4週目	4週目	4週目
L&Sサークル	ボディメイク			ランニング		

  

3月度 祝日: 3/20 休講日: 3/29-31						
曜日	日	月	火	水	木	金
日付						1
週目						1週目
L&Sサークル						
日付	2	3	4	5	6	7
週目	1週目	1週目	1週目	1週目	1週目	2週目
L&Sサークル	よさこい			ボディメイク		
日付	9	10	11	12	13	14
週目	2週目	2週目	2週目	2週目	2週目	3週目
L&Sサークル	ボディメイク			ランニング		
日付	16	17	18	19	20	21
週目	3週目	3週目	3週目	3週目	3週目	4週目
L&Sサークル	よさこい			ボディメイク		
日付	23	24	25	26	27	28
週目	4週目	4週目	4週目	4週目	4週目	休講日
L&Sサークル	ボディメイク			ランニング		
日付	30	31				
週目	休講日	休講日				
L&Sサークル						



**日曜担当 進藤藍子**  
 スポーツ歴 ダンス  
 担当クラス:  
 よさこいサークル



**日曜担当 今野晴夫**  
 スポーツ歴 ラグビー  
 担当クラス:  
 ボディメイクサークル



**水曜担当 佐々木悠**  
 スポーツ歴 サッカー  
 担当クラス:  
 ボディメイクサークル  
 ランニングサークル

## CIRCLE LINE UP ~皆様に長くメガロスに通って頂ける場所~



### ボディメイクサークル 10月スタート



◆ボディメイクサークル:  
 ボディメイクサークルは、男性は引き締まったカッコいいカラダ作り、女性は女性らしいしなやかで美しいカラダ作りを仲間と一緒に楽しく目指していきトレーニングを楽しく継続する為のサークルです。  
**開催日: 水曜日・日曜日隔週**

### よさこいサークル 1月スタート



◆ランニングサークル:  
 走るのが好きな方、怪我無く走りきる走り方、ランニングのためのトレーニング方法を知りたい方におすすめてです。  
**開催日: 水曜日隔週**

### ◆よさこいサークル: 1月より新規導入! 開催日: 日曜日隔週

鳴子を使いながら楽しくカラダを動かしていくサークルです。  
 よさこいに興味がある方、ダンスが苦手な方にもおすすめてです。

定員: 30名

【参加方法】

- 事前予約制 アプリ: まいMEGAネット、全開催参加可能 ※回数制限なし
- 活動時間が利用時間外の場合は 前後1時間施設利用可
- プラチナ、ゴールド会員の参加: 所属店舗(登録店)でのみ参加可能

■開催日時:  
 (水) 19:10~19:40  
 (日) 18:30~19:00

■場 所:  
 メガロス中延店  
 スタジオAもしくは館外・マシジム  
 ※ランニング・ウォーキングは日によっては館外で運動します。

サークル参加  
**無料**

各サークルの開催日はスケジュールをご覧ください。ご参加の場合は、アプリ(まいMEGAネット)よりご予約をお願いいたします。

【サークル登録について】 ●サークルの参加には登録が必要です。 ●受付時間内にフロントでご登録手続きをお願いいたします。