

# 2026.6 メガロス中延 【いちねんサポートプログラム】・【L&サークル】・【大人スクール】スケジュール

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	土曜日	日曜日
10:00	いちねんサポート	大人スクール	いちねんサポート	いちねんサポート	いちねんサポート	いちねんサポート
10:30		※REBORNS FITスクールは有料制の健康スクールとなります。月4回実施するマシンジムでは行わない健康維持する為のスクールです。				10:00-10:30 スタートクラス(女性専用) 小川
11:00			11:00-11:30 スタートクラス(男女可能) 原			10:00-10:30 スタートクラス(女性専用) 原
11:30			※振替あり			※振替あり
12:00						11:00-11:45 アドバンスクラス 小川
12:30				12:00-12:45 アドバンスクラス 原		11:00-11:45 アドバンスクラス 原
13:00						12:00-12:30 スタートクラス(男女可能) 小川
13:30					13:00-13:30 スタートクラス(女性専用) 川村	※振替あり
14:00					※振替あり	
14:30			13:55-14:55 REBORNS FIT スクール 今野	14:00-14:30 スタートクラス(男女可能) 川村	14:00-14:45 アドバンスクラス 川村	
15:00			↑月会費制 ※振替あり	※振替あり		
15:30		15:00-15:45 アドバンスクラス 川村				※第2・4日曜日のみ ↑無料
16:00						※隔週にて内容が変わります。別紙カレンダーをご確認ください。
16:30						
17:00						
17:30						
18:00						
18:30						
19:00						
19:30	19:00-19:45 アドバンスクラス 正木	19:00-19:45 アドバンスクラス 田中		19:00-19:30 スタートクラス(男女可能) 佐々木	19:00-19:30 スタートクラス(女性専用) 大庭	
20:00			※振替あり	※振替あり		
20:30	20:00-20:30 スタートクラス(女性専用) 正木	20:00-20:30 スタートクラス(男女可能) 正木	19:45-20:30 アドバンスクラス 田中	20:00-20:30 スタートクラス(男女可能) 小川	19:45-20:15 ボディメイク サークル 大庭	
21:00	※振替あり	※振替あり		※振替あり	↑無料	
21:30			20:45-21:15 ボディメイク サークル 佐々木&田中	20:45-21:30 アドバンスクラス 小川		
22:00			↑無料			