

2026.8 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	
	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	L & サークル	いちねんサポート	L & サークル	いちねんサポート	いちねんサポート	いちねんサポート	L & サークル	
10:00		※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	10:00-10:30 スタートクラス (女性専用) 原		10:00
10:30									※振替あり	※振替あり		10:30
11:00				11:00-11:30 スタートクラス(男女可能) 原					11:00-11:45 アドバンスクラス 小川	11:00-11:45 アドバンスクラス 原		11:00
11:30				※振替あり								11:30
12:00					12:00-12:45 アドバンスクラス 原							12:00
12:30												12:30
13:00									13:00-13:30 スタートクラス (女性専用) 川村			13:00
13:30									※振替あり			13:30
14:00			13:55-14:55 REBORNS FIT スクール 小川	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					14:00
14:30				※振替あり								14:30
15:00		↑月会費制 ※振替あり	15:00-15:45 アドバンスクラス 川村								15:00	
15:30											15:30	
16:00										15:00-15:45 ランニング サークル 佐々木 ※第2・4日曜日のみ ↑無料	16:00	
16:30											16:30	
17:00										※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。	17:00	
17:30											17:30	
18:00											18:00	
18:30											18:30	
19:00	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					19:00	
19:30				※振替あり		※振替あり					19:30	
20:00	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				20:00	
20:30	※振替あり		※振替あり			※振替あり	↑無料				20:30	
21:00			21:00-21:30 スタートクラス(女性専用) 青柳		20:45-21:15 ボディメイク サークル 佐々木&田中 ↑無料	20:45-21:30 アドバンスクラス 小川					21:00	
21:30			※振替あり								21:30	
22:00											22:00	

■8月休講■
熱中症警戒アラート発令における
安全確保の為
休講とさせていただきます。