

2月23日(日) スタジオプログラム

伊藤和愛コーチスペシャルイベントスケジュール

MEGALOS SOKA Time Line For Studio , Gym

	スタジオA	スタジオB	
9:00		キッズ 空手スクール 8:30-9:30	9:00
9:30	ミライスクール キッズクラス 9:00-10:00	【映像 定員 30名】 【映像】 Group Centergy 9:45-10:15	9:30
10:00		【定員制 30名】 DsD 10:30-11:00 高木 愛澄	10:00
10:30	ミライスクール キッズクラス 10:00-11:00		10:30
11:00	【定員制 42名】		11:00
11:30	バーニングエアロ 11:15-12:00 高木 愛澄		11:30
12:00		【定員制 30名】 スタジオピギナズ (Group Fight) 12:00-12:30 坂上 拓也	12:00
12:30	【定員制 60名】	【定員制 30名】	12:30
13:00	Group Fight 12:45-13:30 坂上 拓也	Group Blast 12:45-13:15 小島 なつ美	13:00
13:30	【定員制 42名】		13:30
14:00	Group Groove 13:45-14:30 小島 なつ美	【定員制 25名】 TOBIPPA 阿久津 瞭 14:15-14:30	14:00
14:30	【定員制 36名】	【定員制 25名】 TOBIPPA 14:45-15:15 阿久津 瞭	14:30
15:00	Group Power 14:50-15:35 松本 裕介		15:00
15:30	【定員制 48名】		15:30
16:00	トラディショナルヨーガ 16:00-16:45 宮本 知子	【定員制 10名】 VOLTBOX 16:10-16:30 松本 裕介	16:00
16:30	【有料定員制 36名】	【定員制 10名】 VOLTBOX 16:50-17:10 松本 裕介	16:30
17:00	Group Power45 17:00-17:45 伊藤 和愛		17:00
17:30		【映像 定員 30名】 【映像】 Group Centergy 17:45-18:15	17:30
18:00	【有料定員制 42名】		18:00
18:30	Group Fight60 18:15-19:15 伊藤 和愛		18:30
19:00			19:00
19:30			19:30
20:00	マシジム・プール利用時間は 19:50 まで 施設閉館時間 20:00 ※24会員は除く		20:00
20:30			20:30
21:00			21:00
21:30			21:30
22:00			22:00