

## 1月特別スタジオプログラム

## MEGALOS SOKA Time Line For Studio , Gym

	1月3日（土）		1月12日（月・祝）			
	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB		
9:00	営業開始9:00		営業開始 9:00		9:00	
9:30		【女性専用/定員制 15名】 infinity flow 10:15-10:45 飯島 あかね 【定員制 25名】 スタジオヒキチーズ(TOBIPPA) 飯島あかね 11:00-11:15 【定員制 25名】 TOBIPPA 11:30-12:00 飯島 あかね	【定員制 42名】	【定員制 40名】	9:30	
10:00			アドバンスエアロ 9:30-10:15 高木 愛澄	太極拳 9:30-10:00 山崎 雅昭	10:00	
10:30			【映像 定員 30名】 【映像】 Group Centergy 10:30-11:00	【有料定員制 35名】  Group Power60 11:00-12:00 大川尚人・松本裕介	【映像 定員 30名】 【映像】 Group Fight 11:30-12:00	10:30
11:00						11:00
11:30			【定員制 60名】 フラダンス 12:30-13:15 中里 美和子	【映像 定員 30名】	11:30	
12:00						12:00
12:30			【定員制 42名】  Group Fight 12:15-13:00 阿久津 瞭	【定員制 30名】  アドバンスエアロ 12:40-13:25 大江 美貴	12:30	
13:00						13:00
13:30			【定員制 36名】  Group Power 13:20-14:05 阿久津 瞭	【定員制 60名】  ZUMBA 13:30-14:15 木村真由美	13:30	
14:00						14:00
14:30	【定員制 48名】  トラディショナルヨーガ 14:30-15:15 岩本 律子	【定員制 48名】  トラディショナルヨーガ 14:30-15:15 金木 洋子	【定員制 30名】  ジャズダンスSTAGE 14:30-15:15 増田 優子	14:30		
15:00				15:00		
15:30		【定員制 10名】 VOLTBOX 15:30-15:50 粕谷 歩夢 【定員制 10名】 VOLTBOX 16:05-16:25 粕谷 歩夢	【定員 25名】 TOBIPPA 15:30-16:00 齋藤 香蓮	15:30		
16:00			キッズダンス スクール リトルクラス 15:35-16:25	16:00		
16:30			キッズダンス スクール キッズクラス 16:30-17:30	キッズ バレエスクール リトルクラス 16:30-17:30	16:30	
17:00					17:00	
17:30			キッズダンス スクール ジュニアクラス 17:30-18:30	キッズ バレエスクール ジュニアクラス 17:30-18:30	17:30	
18:00					18:00	
18:30				キッズ バレエスクール 育成クラス 18:30-19:30	18:30	
19:00					19:00	
19:30					19:30	
20:00			マシンジム・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			
20:30	20:30					
21:00	21:00					
21:30	21:30					
22:00	22:00					