

【メガロス立川】 8月12日(月・祝)スケジュール

	北館		南館	
	スタジオA	スタジオB	スタジオB	
	営業開始 10:00		営業開始 8:00	
9:30			【定員30名】	9:30
			入門太極拳30 9:30~10:00 増岡 美奈江	
10:00			【定員30名】	10:00
			太極拳30 10:20~10:50 増岡 美奈江	
10:30	【定員50名】	【定員24名】	【定員30名】	10:30
	らくらくエアロ30 10:40~11:10 西村 知里	ボディメイクエアロ30 10:40~11:10 磯崎 晃代	トラディショナルヨーガ30 11:10~11:40 TOMO	
11:00	【定員50名】		【定員28名】	11:00
	エンジョイエアロ30 11:25~11:55 田中 八重子		バレエ〜バーレッスン〜30 12:00~12:30 青山 敦子	
11:30	【定員50名】		【定員30名】	11:30
	バーニングエアロ30 12:10~12:40 田中 八重子		バレエ30 12:50~13:20 青山 敦子	
12:00	【定員50名】	【定員30名】	【定員19名:VR】	12:00
	Group Fight 30 13:00~13:30 村上 凌伍	太極拳30 12:55~13:25 原田 正美	【映像】Group Groove 30 14:00~14:30	
12:30	【定員50名】	【定員30名】	【定員19名:VR】	12:30
	短期スクール【太極拳】 13:45~14:15	トラディショナルヨーガ45 13:40~14:25 村田 美和	【映像】Group Fight 30 14:45~15:15	
13:00	【定員50名】	【定員30名】	【定員19名:VR】	13:00
	バーニングエアロ 30 14:30~15:00 キヨミ	バレトンソールシンセシス30 14:40~15:10 村田 美和	【映像】Group Power 30 15:30~16:00	
13:30	【定員50名】			13:30
	ZUMBA (30分クラス) 15:15~15:45 キヨミ			
14:00	【定員50名】			14:00
	ZUMBA (45分クラス) 16:00~16:45 キヨミ			
14:30	【定員50名】			14:30
15:00	【定員50名】			15:00
15:30	【定員50名】			15:30
16:00	【定員50名】			16:00
16:30	【定員50名】			16:30
17:00	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p> の枠は、はじめての方におすすめのクラスです。 スタジオレッスンはWEB予約制です。 入場はレッスン開始10分前からです。 </p> </div>			17:00
17:30				17:30
18:00				18:00
18:30				18:30
19:00	マシンジム・プールの利用時間は19:50まで		マシンジム・プールの利用時間は 17:50まで	19:00
19:30	施設閉館時間 20:00		施設閉館時間 18:00	19:30
20:00				20:00