

【メガロス立川】 11月4日(月・祝)スケジュール

北館		
	スタジオA	スタジオB
9:30	【10:00 OPEN】	
10:00		
10:30	【定員50名】	【定員24名】
11:00	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 原田 正美
11:30	【定員50名】	
12:00	エンジョイエアロ30 11:25-11:55 田中 八重子	REBORNSスクール 11:30-12:30
12:30	【定員50名】	
13:00	バーニングエアロ30 12:10-12:40 田中 八重子	【定員30名】
13:30	【定員50名】	太極拳30 12:55-13:25 原田 正美
14:00	Group Fight 30 13:00-13:30 村上 凌伍	【定員30名】
14:30	【定員50名】	伝統的ヨーガ45 13:40-14:25 村田 美和
15:00	短期スクール 【太極拳】 13:45-14:15	【定員30名】
15:30	バーニングエアロ30 14:30-15:00 小山 江里子	パレトソールシンセシス30 14:40-15:10 村田 美和
16:00	【定員50名】	
16:30	ZUMBA (30分クラス) 15:15-15:45 小山 江里子	伝統的ヨーガ45 15:50-16:35 前田 京子
17:00	【定員50名】	
17:30	ZUMBA (45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子	
18:00	【定員50名】	
18:30	【映像】Group Groove 45 17:00-17:45	
19:00	【施設利用 19:50まで】 【チェックアウト 20:00まで】	

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。