

【メガロス立川】 1月13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C	
	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
10:30	【定員50名】	【定員24名】	太極拳30 10:20-10:50 増岡 美奈江	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	【定員30名】	11:00
11:00	【定員50名】		トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO	11:00
11:30	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	【定員28名】	11:30
12:00	【定員50名】		バレエ〜バーレッスン〜30 12:00-12:30 青山 敦子	12:00
12:30	パーニングエアロ30 12:10-12:40 田中 八重子		【定員30名】	12:30
13:00	【定員50名】	【定員30名】	バレエ30 12:50-13:20 青山 敦子	13:00
	Group Fight 30 13:00-13:30 村上 凌伍	太極拳30 12:55-13:25 原田 正美		13:30
13:30		【定員30名】		13:30
14:00	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	REBORNSスクール 13:35-14:35	14:00
14:30	【定員50名】	【定員30名】		14:30
15:00	パーニングエアロ30 14:30-15:00 小山 江里子	バレトンソールシンセシス30 14:40-15:10 村田 美和		15:00
15:30	【定員50名】			15:30
	ZUMBA (30分クラス) 15:15-15:45 小山 江里子	【定員30名】		16:00
16:00	【定員50名】	トラディショナルヨーガ45 15:50-16:35 前田 京子	◎キッズスクール ミライク 15:30-16:30	16:00
16:30	ZUMBA (45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			16:30
17:00			◎キッズスクール ミライク 16:30-17:30	17:00
17:30				17:30
18:00				18:00
18:30				18:30
19:00	マシジム・プールの利用時間は19:50まで 施設閉館時間 20:00		マシジム・プールの利用時間は 17:50まで 施設閉館時間 18:00	19:00
19:30				19:30
20:00				20:00

【メガロスフレ立川南】 Holiday Schedule

1月13日 (月・祝)

	Reflet A Studio	Reflet HOT Studio	Reflet B Studio	
	営業開始 8:00			
9:30				9:30
10:00			【定員10名】 マシンピラティス	10:00
10:30		【定員13名】	Stretch Flow30 10:00-10:45 五十嵐 咲姫	10:30
11:00		ホットヨーガ・ベーシック45 10:20-11:05 増田 祥子		11:00
11:30	【定員27名】		【定員10名】 マシンピラティス Total Basic45 11:00-11:45 五十嵐 咲姫	11:30
12:00	Group Groove 30 11:20-11:50 松澤 みどり			12:00
12:30	【定員27名】	【定員13名】		12:30
13:00	Group Fight 45 12:05-12:50 桂 美佳	ホットヨーガ・ウエストシェイプ45 12:00-12:45 Nami	【定員10名】 マシンピラティス Total Basic45 12:15-13:00 松澤 みどり	13:00
13:30				13:30
14:00	【有料スクール】 Reflet Total Beauty School 13:30-14:30	【定員13名】	【定員10名】 マシンピラティス Waist45 13:15-14:00 松澤 みどり	14:00
14:30	【定員27名】	ホットヨーガ・ベーシック45 13:40-14:25 ayumi		14:30
15:00	Group Power 45 14:45-15:30 鈴木 琴巳			15:00
15:30				15:30
16:00				16:00
16:30				16:30
17:00				17:00
17:30				17:30
18:00	マシジム・プールの利用時間は17:50まで 施設閉館時間 18:00			18:00
18:30				18:30
19:00				19:00
19:30				19:30
20:00				20:00