

【メガロス立川】 4月29日(火・祝)スケジュール

	北館		
	スタジオA	スタジオB	
9:30	営業開始 10:00		9:30
10:00			10:00
10:30			10:30
11:00	【定員50名】 バーニングエアロ30 10:50-11:20 MIRAY	【定員15名】 VOLTBOX20 10:55-11:15 大野 梨江	11:00
11:30	【定員50名】 フラダンス30 11:40-12:10 Sachi	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 11:45-12:15 葉月 ちひろ	11:30
12:00	【定員50名】 Group Groove 30 12:25-12:55 松澤 みどり		12:00
12:30	【定員58名】 トラディショナルヨーガ30 13:15-13:45 丸橋 広実	【定員24名】 TOBIPPA30 13:05-13:35 勝然 美帆	12:30
13:00	【定員37名】 ジャイロキネシス30 14:00-14:30 丸橋 広実	【定員30名】 バレエ〜バーレッスン〜30 13:55-14:25 楓 沙樹	13:00
13:30	【定員50名】 ジャズダンスSTAGE30 14:45-15:15 楓 沙樹	【定員20名】 美脊柱ヨーガ30 14:50-15:20 渥美 靖子	13:30
14:00		【無料:登録制】 ランニングサークル30 15:45-16:15	14:00
14:30	【定員20名】 魅せるカラダを創る！ コンディショニングセミナー 16:45-17:45 天野 絵梨子トレーナー		14:30
15:00			15:00
15:30			15:30
16:00			16:00
16:30			16:30
17:00			17:00
17:30			17:30
18:00			18:00
18:30	マシンジム・プールの利用時間は19:50まで 施設閉館時間 20:00		18:30
19:00			19:00

 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。