

# 【メガロス立川両館】 1月3日(土)特別スケジュール

	北館		南館	
	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	
9:30	営業開始 10:00		営業開始 8:00	9:30
10:00				10:00
10:30	【定員50名】	【定員30名】		10:30
11:00	バーニングエアロ45 10:15-11:00 萩原 由香里	バーニングエアロ45 10:15-11:00 秋山 美由紀		11:00
11:30	【定員37名】	【定員30名】	【定員30名】	11:30
12:00	バーニングステップ40 11:15-11:55 秋山 美由紀	エンジョイエアロ40 11:15-11:55 萩原 由香里	トラディショナルヨーガ30 11:15-11:45 浅賀 麻実	12:00
12:30	<div>お正月ステップ60</div> <div>準備中</div> <div>※ 詳細は館内告知POPをご覧ください。</div>		【定員30名】	12:30
13:00			美骨盤ヨーガ30 12:00-12:30 中村 まさみ	13:00
13:30			【定員30名】	13:30
14:00			バレトソールシンセシス30 12:45-13:15 中村 まさみ	14:00
14:30	【定員50名】	【定員30名】		14:30
15:00	アドバンスエアロ45 13:20-14:05 小林 亜紀恵			15:00
15:30	【定員50名】			15:30
16:00	ZUMBA (45分クラス) 14:15-15:00 小林 亜紀恵	トラディショナルヨーガ45 14:10-14:55 小田 忠明		16:00
16:30	【定員37名】			16:30
17:00	ボディメイクエアロ45 15:15-16:00 小田 忠明			17:00
17:30	【定員37名】	【定員30名】		17:30
18:00	バーニングステップ45 16:15-17:00 小田 忠明	Group Centergy 30 16:30-17:00 新田 彩瑛		18:00
18:30	【定員37名】	【女性限定】infinity flow30 17:15-17:45 新田 彩瑛		18:30
19:00	Group Power 30 17:15-17:45 由井 義浩			19:00
19:30	【定員50名】			19:30
20:00	Group Fight 45 18:00-18:45 由井 義浩			20:00
	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			