

# 【メガロス立川】 4月29日(水・祝)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	
		営業開始 10:00		営業開始 8:00	
9:30					9:30
10:00					10:00
10:30					10:30
11:00		【定員50名】 シアターダンス45 10:45-11:30 打越 麗子			11:00
11:30		【定員58名】			11:30
12:00		トラディショナルヨーガ45 11:45-12:30 中村 まさみ		【定員30名】 ボディデザインピラティス30 12:00-12:30 MARIKO	12:00
12:30			【定員20名】 美曲線ヨーガ30 12:35-13:05 中村 隆	【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 12:45-13:15 MARIKO	12:30
13:00		【定員50名】 ZUMBA (45分クラス) 13:00-13:45 金子 知弘	【定員30名】 シェイプヨーガ30 13:20-13:50 中村 隆		13:00
13:30					13:30
14:00		【定員58名】 背骨コンディショニング45 14:05-14:50 志田 香織		【定員30名】 バレエ30 14:00-14:30 前田 薫	14:00
14:30					14:30
15:00		【定員50名】			15:00
15:30		アドバンスエアロ30 15:15-15:45 秋山 美由紀	【定員30名】 トラディショナルヨーガ45 15:30-16:15 小田 忠明		15:30
16:00		【定員37名】 バーニングステップ30 16:05-16:35 秋山 美由紀	【定員30名】 パワーヨーガ30 16:30-17:00 小田 忠明	【定員30名】 太極拳30 16:00-16:30 増岡 美奈江	16:00
16:30					16:30
17:00					17:00
17:30					17:30
18:00		【有料イベント】 Group Fight 60 18:00-19:00 RYUJI & 高橋 直也			18:00
18:30					18:30
19:00				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		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			19:30
20:00					20:00