

【メガロス立川北館】 11月3日(火・祝)スケジュール

	北館		
	Aスタジオ	Bスタジオ	
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 10:45-11:15 MIRAY	【定員15名】 VOLTBOX20 10:55-11:15 Rie	11:00
11:30	【定員50名】		11:30
12:00	フラダンス45 11:30-12:15 Sachi	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 11:50-12:20 相坂 しのぶ	12:00
12:30	【定員58名】 トラディショナルヨーガ30 12:30-13:00 丸橋 広実		12:30
13:00	【定員37名】	【定員30名】	13:00
13:30	ジャイロキネシス45 13:15-14:00 丸橋 広実	TOBIPPA30 13:05-13:35 Miho	13:30
14:00	【定員50名】		14:00
14:30	Group Groove 45 14:15-15:00 Sui	【定員32名】 バレエ～バーレッスン～30 14:20-14:50 楓 沙樹	14:30
15:00	【定員50名】	【定員20名】	15:00
15:30	ジャズダンスSTAGE45 15:10-15:55 楓 沙樹	美脊柱ヨーガ45 15:10-15:55 渥美 靖子	15:30
16:00	【定員20名】	【無料:登録制】	16:00
16:30	天野絵梨子 疲労回復セミナー 16:15-17:45	ランニングサークル 16:15-16:45	16:30
17:00			17:00
17:30			17:30
18:00	【無料イベント】		18:00
18:30	Group Fight 45 18:15～19 : 00 Airi・Perren		18:30
19:00			19:00
19:30	利用終了時間		19:30
20:00	マシンジム 19 : 50 プール 19 : 30まで 施設閉館時間 20 : 00		20:00