

【メガロスフレ立川南館スケジュール】

1月3日（金・短縮営業）

	Reflet A Studio	Reflet HOT Studio	Reflet B Studio	
	営業開始 10:00		営業開始 8:00	
9:30				9:30
10:00		【定員13名】	【定員30名】	10:00
10:30		ホットスタイルピラティス30 10:20-10:50 磯崎 晃代	ビューティフローピラティス30 10:00-10:30 葉月 ちひろ	10:30
11:00	【定員23名】		【定員30名】	11:00
11:30	TOBIPPA30 11:00-11:30 九島 克成		トラディショナルヨーガ30 10:45-11:15 AUM (アウム)	11:30
12:00	【定員13名】		【定員30名】	12:00
12:30	VOLTBOX30 11:50-12:20 九島 克成		パワーヨーガ30 11:25-11:55 AUM (アウム)	12:30
13:00	【定員27名】			13:00
13:30	ZUMBA (45分クラス) 12:50-13:35 小林 亜紀恵			13:30
14:00				14:00
14:30		【定員13名】		14:30
15:00		ホットヨーガ・ベーシック45 14:30-15:15 高橋 良枝		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