【メガロスフレ立川南】 Holiday Schedule

5月3日 (土・祝)

	Reflet A Studio	Reflet HOT Studio	Reflet B Studio	
	営業開始 8:00			
9:30				9:30
10:00		【定員13名】	【定員10名】	10:00
10:30		ホットヨーガ・ベーシック45 10:00-10:45 岸川 ゆき	マシンピラティス Total Basic45 10:00-10:45 宮澤 彩佳	10:30
11:00	【定員13名】	【定員13名】	【定員10名】	11:00
11:30	VOLTBOX20 11:10-11:30 阿川 夏美	ホットヨーガ・ベーシック45 11:10-11:55 岸川 ゆき	マシンピラティス Total Advance45 11:10-11:55 宮澤 彩佳	11:30
12:00	【定員13名】 infinity kick20 11:50-12:10 阿川 夏美			12:00
12:30	【定員27名】 Group Power 30 12:35-13:05 宮澤 彩佳	【定員13名】 ホットヨーガ・ウエストシェイプ【中温】30 12:15-12:45 浅賀 麻実		12:30
13:00		【定員13名】	【定員10名】	13:00
13:30	【定員23名】 TOBIPPA30 13:30-14:00 武田 裕	ホットヨーガ・アドバンス【中温】45 13:05-13:50 浅賀 麻実	マシンピラティス Waist45 13:00-13:45 一宮 純子	13:30
14:00		【定員13名】	【定員10名】	14:00
14:30		HOT Gaze〜くびれ〜 14:10-14:40 阿川 夏美	マシンピラティス Total Basic45 14:10-14:55 一宮 純子	14:30
15:00		【定員13名】		15:00
15:30		ホットヨーガ・ベーシック45 15:10-15:55 高橋 良枝		15:30
16:00		【定員13名】		16:00
16:30		ホットスタイルピラティス45 16:20-17:05 RAN		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