

【メガロスフレ立川南】 Holiday Schedule

8月11日（月・祝）

	Reflet A Studio	Reflet HOT Studio	Reflet B Studio	
	営業開始 8:00			
9:30				9:30
10:00			【定員10名】	10:00
10:30		【定員13名】	マシンピラティス Total Basic45 10:00-10:45 五十嵐 咲姫	10:30
11:00	【定員13名】	ホットヨーガ・ベーシック45 10:20-11:05 増田 祥子		11:00
11:30	VOLT BOX30 11:00～11:30 小松なつ美		【定員10名】 マシンピラティス Stretch Flow30 11:15-11:45 五十嵐 咲姫	11:30
12:00	【定員27名】	【定員13名】		12:00
12:30	Group Fight 45 12:05-12:50 宮澤 彩佳	ホットヨーガ・ウエストシェイプ45 12:00-12:45 Nami	【定員10名】 マシンピラティス Hip & Legs45 12:15-13:00 中村 翠	12:30
13:00			【定員10名】	13:00
13:30		【定員13名】	マシンピラティス Waist45 13:15-14:00 中村 翠	13:30
14:00		ホットヨーガ・ベーシック45 13:40-14:25 ayumi		14:00
14:30	【定員27名】			14:30
15:00	Group Power 45 14:45-15:30 由井 義浩			15:00
15:30				15:30
16:00				16:00
16:30				16:30
17:00				17:00
17:30				17:30
18:00	マシンジム・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