

【メガロスフレ立川南】 Holiday Schedule

		5/4 (月・祝)			5/6日 (水・祝)		
		Reflet A Studio	Reflet HOT Studio	Reflet B Studio	Reflet A Studio	Reflet HOT Studio	Reflet B Studio
		営業開始 8:00			営業開始 8:00		
9:30							
10:00			【定員13名】 ホットヨーガ・ベーシック45 10:00-10:45 増田 祥子	【定員12名】 マシンピラティス Total Advance45 10:00-10:45 松村 絵葉		【定員13名】 ホットヨーガ・ベーシック30 10:00-10:30 荻沼 明美	【定員12名】 マシンピラティス Total Basic45 9:45-10:30 Saki
10:30						【定員13名】	【定員12名】
11:00			【定員13名】 ホットヨーガ・アドバンス45 11:00-11:45 増田 祥子	【定員12名】 マシンピラティス Total Basic45 11:00-11:45 松村 絵葉	【定員23名】 TOBIPPA30 11:00-11:30 Natsumi	【定員13名】 ホットヨーガ・ベーシック45 10:45-11:30 荻沼 明美	【定員12名】 マシンピラティス Total Advance45 10:45-11:30 Saki
11:30							
12:00		【定員27名】 Group Groove 45 12:00-12:45 Sui	【定員13名】 ホットヨーガ・ウエストシェイプ45 12:00-12:45 松村 絵葉	【定員12名】 マシンピラティス Total Advance45 12:00-12:45 Sayaka	【定員27名】 Group Groove 45 12:00-12:45 Junko	【定員13名】 ホットヨーガ・リセット骨盤45 12:00-12:45 加藤 聖子	【定員12名】 マシンピラティス Total Basic45 12:00-12:45 Natsumi
12:30							
13:00				【定員12名】 マシンピラティス Hip & Legs45 13:00-13:45 Sui	【定員27名】 Group Fight 45 13:00-13:45 Junko	【定員13名】 ホットヨーガ・ウエストシェイプ30 13:15-13:45 加藤 聖子	【定員12名】 マシンピラティス Waist45 13:00-13:45 Natsumi
13:30		【定員27名】 Group Power 45 13:30-14:15 Sayaka	【定員13名】 ホットヨーガ・ベーシック45 13:30-14:15 R i m i		【定員12名】 マシンピラティス Reformer Active 14:05-14:35 Junko		
14:00							
14:30			【定員13名】 ホットヨーガ・ベーシック45 14:30-15:15 R i m i			【定員13名】 ホットヨーガ・ウエストシェイプ45 14:45-15:30 MAKIE	
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00		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			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		
19:30							
20:00							