

【メガロスフレ立川南】 Holiday Schedule

2月23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13名】	【定員12名】	10:00
10:30		ホットヨーガ・ベーシック45 10:00-10:45 増田 祥子	マシンピラティス Total Advance45 10:00-10:45 五十嵐 咲姫	10:30
11:00	【定員12名】	【定員13名】	【定員12名】	11:00
11:30	マシンピラティス Reformer Active 11:00-11:30 中村 翠	ホットヨーガ・アドバンス45 11:00-11:45 増田 祥子	マシンピラティス Total Basic45 11:00-11:45 五十嵐 咲姫	11:30
12:00	【定員27名】	【定員13名】	【定員12名】	12:00
12:30	Group Fight 45 12:00-12:45 桂 美佳	ホットヨーガ・ウエストシェイプ45 12:00-12:45 Nami	マシンピラティス Hip & Legs45 12:00-12:45 中村 翠	12:30
13:00			【定員12名】	13:00
13:30	【定員27名】	【定員13名】	マシンピラティス Waist45 13:00-13:45 中村 翠	13:30
14:00	Group Power 45 13:30-14:15 鈴木 琴巳	ホットヨーガ・ベーシック45 13:30-14:15 ayumi		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 ayumi		15:00
15:30				15:30
16:00				16:00
16:30				16:30
17:00				17:00
17:30				17:30
18:00				18:00
18:30	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			18:30
19:00				19:00
19:30				19:30
20:00				20:00