8/10（土）・12（月・祝）
※8/11は通常通りでございます。

メガロス綱島　19周年イベント 第2弾

GALOS TSUNASHIMA Time Line For Studio , Gy

8月10日（土）

スタジオA (1F)	スタジオB (3F)	Re·Self
営業開始　9：00		
ミライク 7：30～9：30		
【定員　35名】 ペルヴィックストレッチ 9：50～10：35 遠藤　孝子	【定員　43名】 美曲線ヨーガ 9：50～10：35 田中　江里香	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 9：45～10：30 atsu 【有料・要予約】
【定員　35名】 ボディデザインピラティス 10：50～11：35 遠藤　孝子	【定員　38名】 ZUMBA(45分クラス) 11：00～11：45 トビー	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 11：00～11：45 田中　江里香 【有料・要予約】
【定員　35名】 【映像】 Group Groove 12：00～12：45	【定員　43名】 トラディショナルヨーガ 12：00～12：45 atsu	
【定員　35名】 infinity flow※女性限定 13：05～13：20　高井　彩奈	【定員　38名】 ボディメイクエアロ 13：00～13：45 atsu	
【定員　35名】 【映像】 Group Centergy 14：00～14：45	【定員　38名】 Group Fight 14：00～14：45 小比賀　貴次	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ パワー・アドバンス 14：00～14：45 KURISU 【有料・要予約】
	【定員　38名】 Group Groove 15：00～15：45 高井 彩奈	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 15：30～16：15 篠原 美由紀 【有料・要予約】
【キッズスクール】 ミライク 15：30～16：30	【定員　25名】 TOBIPPA 16：05～16：20　高垣　七瀬	★ビギナークラス★ 入会から1年以内の方限定
【キッズスクール】 ミライク 16：30～17：30	【定員　25名】 VOLTJUMP 16：35～17：05 高垣　七瀬	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・アドバンス 16：45～17：30 篠原 美由紀 【有料・要予約】
【定員　35名】 バレエ～バーレッスン～ 18：15～19：00 鈴木 結花	【有料イベント】 TOBIPPA 30×2 18：15～19：25 佐藤 優太・髙井 彩奈 綿貫 真鈴・髙垣 七瀬	
【有料短期クラス】 バレエスクール 19：10～20：10 鈴木　結花 ※詳細は別途		
マシンジム・プール利用時間は 20：50 まで 施設閉館時間　21：00		

8月12日（月・祝）

スタジオA (1F)	スタジオB (3F)	Re·Self
営業開始　9：00		
【定員　35名】 ヒーリングアロマヨーガ 10：15～11：00 加鹿　りえ子	【定員　38名】 カーディオダンス 10：10～10：55 谷口　浩子	
【定員　35名】 【映像】 Group Groove 11：15～12：00	【定員　38名】 エンジョイエアロ 11：10～11：40 谷口　浩子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・ベーシック 11：15～12：00 加鹿 りえ子 【有料・要予約】
	【定員　38名】 アドバンスエアロ 12：00～12：45 丹　憲一	
	【定員　38名】 エンジョイエアロ 13：05～13：35 丹　憲一	
【定員　35名】 Group Fight 13：45～14：15 佐藤　優太(代行)	【定員　25名】 TOBIPPA 13：50～14：10　綿貫 真鈴	★ビギナークラス★ 入会から1年以内の方限定
【定員　35名】 ヴォーカリズム 14：35～15：05 かおり	【定員　25名】 TOBIPPA 14：25～14：55 綿貫 真鈴	
	【定員　43名】 Group Centergy 15：10～15：55 草野 明日香	
	【定員　38名】 リトモス 16：30～17：15 中尾 桂子	
	【定員　25名】 VOLTJUMP 17：40～18：10 本澤 沙也加	
	【定員　38名】 Group Power 18：30～19：15 長谷川　亮(代行)	
マシンジム・プール利用時間は 19：50 まで 施設閉館時間　20：00		