

メガロス綱島 9月11日(金)特別スケジュール【暫定版】

MEGALOS TSUNASHIMA Time Line For Studio , Gym

	9月11日(金)		
	スタジオA (1F)	スタジオB (3F)	ホットスタジオ
9:00	営業開始 9:00		
9:30	【定員 41名】	【定員 48名】	
10:00	やすらぎヨーガ 9:40~10:25 山田 雅子	トラディショナルヨーガ 9:40~10:25 景浦 聡子	8/21(金)各レッスン終了時刻より予約可能 ※ホームページまたは二次元バーコードから予約
10:30	【定員 41名】	【定員 48名】	【定員12名・高温クラス】
11:00	ヒーリングアロマヨーガ 10:40~11:25 山田 雅子	アドバンスエアロ 10:45~11:30 中尾 桂子	ホットヨーガ・パワーベーシック 10:45~11:30 景浦 聡子
11:30	【定員 41名】	【定員 48名】	【定員12名・高温クラス】
12:00	バレエ〜バレレッスン〜 11:45~12:30 鈴木 結花	リトモス 11:45~12:30 中尾 桂子	ホットヨーガリセット腰痛 11:45~12:30 山田 雅子
12:30	【定員 41名】	【定員 35名】	【定員12名・高温クラス】
13:00	やさしいバレエ 12:40~13:25 鈴木 結花	TOBIPPA 12:50~13:20 瀧澤	ホットベルヴィックスストレッチ 12:45~13:30 遠藤 孝子
13:30	【定員 41名】	【定員 40名】	
14:00	ビューティーフローピラティス 13:55~14:40 遠藤 孝子	Group Power 13:40~14:25 長谷川 春果	
14:30		【定員 40名】	
15:00		Group Blast 14:45~15:30 長谷川 春果	
15:30			
16:00	【キッズスクール】 ミライク 振替専用 15:30~16:30		9/11(金)の該当レッスンにつきましては、通常の予約システムではなく、別途申込サイトからのご予約となります。 ※予約システムでのチケット消化を防ぐため、9/11(金)に限り予約方法を変更しております。 【対象レッスン】 ・ホットヨーガ ・マシンピラティス ご予約の際は、専用の申込サイトよりお申込みいただきますようお願いいたします。
16:30	【キッズスクール】 ミライク 振替専用 16:30~17:30		
17:00			
17:30			キーワードに「ルフレ」と入力してください
18:00			
18:30	8/21(金)各レッスン終了時刻より予約可能 ※ホームページまたは二次元バーコードから予約		8/21(金)各レッスン終了時刻より予約可能 ※ホームページまたは二次元バーコードから予約
19:00	Refle Studio【定員 12名】		【定員12名・高温クラス】
19:30	マシンピラティス Total Basic 19:15~20:00 草野 明日香	【定員 48名】 ZUMBA 19:30~20:15 水本 純子	ホットヨーガ・ベーシック 19:15~20:00 吉田 静枝
20:00	Refle Studio【定員 12名】		【定員12名・高温クラス】
20:30	マシンピラティス Total Basic 20:15~21:00 草野 明日香	【定員 48名】 Group Fight 20:30~21:15 久保木	ホットヨーガ・パワーベーシック 20:15~21:00 吉田 静枝
21:00			
21:30	【定員 41名】	【定員 48名】	
22:00	【映像】 21:30~22:15 Group Groove	Group Centergy 21:30~22:15 草野 明日香	
22:30	プール利用時間22:30まで マシンジム利用時間 22:50まで 施設閉館時間 23:00		