

# MEGALOS 2021.8.9 (月・祝) 振替休日 特別プログラム

	2階スタジオA	3階スタジオB	プール	
	【営業開始 9:00】			
9:00				9:00
9:30				9:30
10:00		■定員制35名 10:10-10:40 ZUMBA(30分クラス) 工藤哲也		10:00
10:30	■定員制40名 10:20-10:50 やさしいフラダンス 西山佳代		■定員36名■ 10:25-10:55 アクアダンス 米田幹子	10:30
11:00	■定員制40名 11:05-11:35 フラダンス 西山佳代	■定員制35名 11:00-11:30 エンジョイエアロ 工藤哲也	11:00-12:00 スイムスクール 中級 【有料】	11:00
11:30				11:30
12:00	■映像20名 12:00-12:15 LesMILLS VR(週替わり)	■定員制50名 11:50-12:20 Group Centergy 角田美月	12:00-13:00 スイムスクール 上級 【有料】	12:00
12:30	■映像20名 12:30-13:00 LesMILLS BODYPUMP	■定員制20名 12:45-13:00 VOLTSKIP		12:30
13:00	■定員制40名 13:20-13:50 ボディ・フロー 木澤豊	■定員制35名 13:20-13:50 Group Blast 山崎龍翼	13:00-14:00 スイムスクール 上級 【有料】	13:00
13:30				13:30
14:00	■定員制28名 14:10-14:40 やさしいジャズダンス 木澤豊	■定員制35名 14:20-14:50 リトモス 三嶋喜美代	14:00-14:30 パーソナル レッスン【有料】	14:00
14:30			14:30-15:00 パーソナル レッスン【有料】	14:30
15:00	■定員制28名 15:00-15:30 ジャズダンスSTAGE 木澤豊	■定員制35名 15:10-15:40 リトモス 三嶋喜美代	15:00-15:30 パーソナル レッスン【有料】	15:00
15:30				15:30
16:00	15:50-17:20 大人のバレエ スクール 7,678円(税込) 伊藤サキ	体験受付中！		16:00
16:30		16:30-17:30 ミライクRUN 対象：小学3生以上		16:30
17:00				17:00
17:30	■映像28名 17:45-18:15 LesMILLS BODYCOMBAT		17:30-18:30 マスターズサークル60 【有料】	17:30
18:00	■映像20名 18:30-18:45 LesMILLS VR(週替わり)			18:00
18:30	■映像20名 19:00-19:15 LesMILLS VR(週替わり)			18:30
19:00				19:00
19:30				19:30
20:00	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			20:00

※映像レッスン (  マーク) につきましては、WEB予約制ではなく、先着順となります。

参加希望の方は開始時間の20分前にスタジオA前に整列をお願いします。