


# メガロス八王子 2020.11 Re·self タイムスケジュール

	月	火	水	木	土	日	
9:30	<b>各クラス【定員10名】</b> 新型コロナウイルス感染予防の為、従来よりも参加人数を制限しております。						9:30
10:00			ホットヨーガ ベーシック 10:10~10:40 安在 美和				10:00
10:30			<b>水-1</b>				10:30
11:00		ホットスタイル ピラティス 10:45~11:15 大山 幸子					11:00
11:30		<b>火-1</b>		ホットヨーガ リセット骨盤 11:00~11:30 御手洗 香代	ホットヨーガ アドバンス 11:15~11:45 房枝	ホットヨーガ ベーシック 11:00~11:30 直井 千恵子	11:30
12:00	ホットヨーガ アドバンス 12:00~12:30 直井 千恵子	ホットヨーガ ベーシック 12:05~12:35 MAKIE	ホットスタイル ピラティス 11:45~12:15 RAN	<b>木-1</b>	<b>土-1</b>	<b>日-1</b>	12:00
12:30	<b>月-1</b>	<b>火-2</b>	<b>水-2</b>			ホットヨーガ パワーアドバンス 12:15~12:45 直井 千恵子	12:30
13:00		ホットヨーガ ベーシック 13:15~13:45 松尾 洋一郎		ホットヨーガ ベーシック 13:00~13:30 荻沼 明美	ホットヨーガ ベーシック 13:00~13:30 増田 祥子	<b>日-2</b>	13:00
13:30		<b>火-3</b>		<b>木-2</b>	<b>土-2</b>		13:30
14:00						ホットヨーガ ベーシック 14:00~14:30 荻沼 明美	14:00
14:30						<b>日-3</b>	14:30
15:00						ホットヨーガ アドバンス 15:00~15:30 荻沼 明美	15:00
15:30						<b>日-4</b>	15:30
16:00			ホットヨーガ ウエストシェイプ 16:00~16:30 菊池 久美		<b>土-3</b>		16:00
16:30			<b>水-3</b>		ホットスタイル ピラティス 16:30~17:00 西村 知里		16:30
17:00							17:00
17:30			ホットヨーガ ベーシック 17:30~18:00 菊池 久美		<b>土-4</b>		17:30
18:00			<b>水-4</b>	<b>木-3</b>	ホットヨーガ ベーシック 18:00~18:30 高橋 良枝		18:00
18:30				ホットスタイル ピラティス 18:15~18:45 RAN			18:30
19:00		<b>火-4</b>		<b>木-4</b> 【時間変更】	<b>土-5</b>		19:00
19:30	ホットヨーガ ベーシック 19:30~20:00 松尾 洋一郎	ホットスタイル ピラティス 19:00~19:30 吉田 静枝	ホットヨーガ アドバンス 19:00~19:30 菊池 久美	ホットヨーガ アドバンス 19:15~19:45 ひろこ 【有料スクール】	ホットヨーガ ベーシック 19:00~19:30 高橋 良枝		19:30
20:00	<b>月-2</b>	<b>火-5</b>	<b>水-5</b>	ホットヨーガ(11-12月) 20:00-21:00(全8回) 担当：ひろこ 会員価格 ➡13,200円/月(税込) 通常価格 ■17,600円/月(税込)		■施設 20:00 CLOSE	20:00
20:30		ホットヨーガ パワーベーシック 20:30~21:00 吉田 静枝					20:30
21:00							
21:30	<p>◆新型コロナウイルス感染予防策のお知らせ◆</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・全クラス、マスク（ネックゲイター、フェイスシールド等を含む）着用でご利用ください。</li> <li>・一部レッスン時間の短縮をしております。</li> <li>・レッスン間においては換気・除菌・清掃の実施を徹底いたします。</li> <li>・スタジオ内換気の為、平温時より温度が下がる場合がございます。ご理解ご協力宜しくお願い致します。</li> </ul>						21:30
22:00							<p>最小遂行人数に満たない場合は中止となります。 ※詳細は別途ポスター参照</p>
22:30	<p>■施設 22:30 CLOSE</p> 						22:30
23:00							<p>■施設 23:00 CLOSE</p>