

MEGALOS ONLINE LIVE LESSON Time Schedule

	5/16 (Sun)	5/17(Mon)	5/18(Tue)	5/19(Wed)	5/20(Thu)	5/21(Fri)	5/22(Sat)	5/23 (Sun)
8:00						8:00-8:30 Happy Morning Yoga 悠衣		
9:00						8:45-9:15 Bright Yoga 悠衣		
9:30-10:00	9:30-10:00 Group Blast 30 平田 えみ	9:45-10:00 免疫力UPストレッチ 15 木下 彩					9:45-10:15 FLOPILATES 30 CAORI	9:30-10:00 Group Blast 30 平田 えみ
10:00		10:15-11:00 太極拳 45 木下 彩						10:30-11:00 初めてダンスエアロ 30 高山 英士
11:00	11:00-11:45 BODYCOMBAT 45 MAI		11:30-12:15 BODYBALANCE 45 ~STRENGTH~ 鈴木 幸子			11:00-11:45 Group Fight 45 桂 美佳		11:15-12:00 おうちでできる ダンスエアロ 45 高山 英士
12:00						12:00-12:15 リフレッシュストレッチ 15 桂 美佳		
12:30-13:00	12:30-13:00 VOLT CORE 30 小口 晏奈					12:30-13:15 ランエクスパルス 45 金子 智恵	12:30-13:00 Lesmills GRIT 30 田中 聖修	12:30-13:00 VOLT CORE 30 小口 晏奈
13:00		13:00-13:30 Group Groove 30 進藤 藍子	13:00-13:30 Group Centergy 30 HIRO		13:00-13:30 はじめてのバクスターズ 30 万里			
13:30-14:00	13:30-14:00 Group Centergy 30 小口 晏奈						13:30-14:00 BODYCOMBAT 30 田中 聖修	13:30-14:00 Group Centergy 30 小口 晏奈
14:00		14:00-14:20 Beautiful Back 20 進藤 藍子 14:25-14:40 リフレッシュストレッチ 15 進藤 藍子	14:00-14:45 Group Groove 45 HIRO	14:00-14:30 やさぎヨーガ 30 田中 真紀	14:00-14:30 自宅で踊れる バクスターズ 30 万里			
15:00	15:00-15:30 VOLTRUM 30 三浦 莉奈	15:00-15:30 クレーンヨーガ 30 進藤 藍子	15:00-15:45 やさしいピラティス 45 葉月 ちひろ	15:00-15:30 トラディショナルヨーガ 30 田中 真紀	15:00-15:30 Group Centergy 30 小口 晏奈	15:00-15:45 Fit Boxing 45 NAOKI	15:00-15:30 VOLTRUM 30 Stephanie	15:00-15:30 VOLTRUM 30 三浦 莉奈
16:00	16:00-16:20 VOLTHIP 20 三浦 莉奈						15:45-16:00 VOLTCORE 15 Stephanie	16:00-16:20 VOLTHIP 20 三浦 莉奈
17:00	17:00-17:30 Group Fight 30 三浦 莉奈							17:00-17:30 Group Fight 30 三浦 莉奈
18:00								
18:30-19:00					18:30-19:00 Group Centergy 30 與那原 遼			
19:00			19:00-19:20 VOLTHIP 20 榎田 花菜 19:30-19:45 VOLTCORE-twist- 15	18:45-19:15 VOLTCORE 30 坂本 京希 19:30-20:00 HIIT ft Strength 30 坂本 京希		19:00-19:30 Group Fight 30 西浦 誠 19:45-20:15 Group Power 30 西浦 誠		
20:00		19:30-20:15 Group Fight 45 布施 亮	20:00-20:30 Group Groove 30 塩倉 楓菜	20:15-20:45 Group Power 30 矢ヶ崎 智之	20:00-20:30 VOLTRUM 30 佐藤 麻凛		20:30-21:00 BODYCOMBAT 30 萩元 陽介	
21:00		21:00-21:30 Group Blast 30 小机 みのり 21:35-21:45 VOLTCORE-twist- 10 小机 みのり	21:00-21:20 VOLTRUM 20 塩倉 楓菜 21:30-21:45 リカバーストレッチ 15 塩倉 楓菜	21:00-21:30 Group Fight 30 粟田 百香 21:35-21:45 VOLTCORE-twist- 10 粟田 百香	21:00-21:20 VOLTCORE 20 佐藤 麻凛 21:30-21:40 リカバーストレッチ 10 佐藤 麻凛	21:15-22:00 BODYBALANCE 45 ~FLEXIBILITY~ 萩元 陽介		
	5/16 (Sun)	5/17(Mon)	5/18(Tue)	5/19(Wed)	5/20(Thu)	5/21(Fri)	5/22(Sat)	5/23 (Sun)

MEGALOS ONLINE LIVE LESSON Time Schedule

※急な休講・変更がある場合がございます。

※代行・休講のご案内は、メガロスLEANBODYサイト内Googleカレンダー詳細にてお知らせいたします。