

メガロス八王子 2021.6 Re·self タイムスケジュール

	月	火	水	木	土	日		
9:30	各クラス【定員12名】 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			水-1				10:30	
11:00		ホットスタイル ピラティス 10:45~11:15 大山 幸子		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	11:00	
11:30		火-1		木-1		日-1	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		土-1		12:00	
12:30	月-1	火-2	水-2			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 13:00~13:30 荻沼 明美	ホットヨーガ ベーシック 13:00~13:30 増田 祥子	日-2	13:00	
13:30			ホットヨーガ ベーシック 13:15~13:45 松尾 洋一郎		木-2	土-2	ホットヨーガ ベーシック 13:30~14:00 荻沼 明美	13:30
14:00			火-3				日-3	14:00
14:30						ホットヨーガ アドバンス 14:30~15:00 荻沼 明美	14:30	
15:00						日-4	15:00	
15:30							15:30	
16:00							16:00	
16:30			ホットヨーガ ウェストシェイプ 16:15~16:45 菊池 久美		土-3	ホットスタイル ピラティス 16:30~17:00 西村 知里	16:30	
17:00			水-3				17:00	
17:30			ホットヨーガ ベーシック 17:30~18:00 菊池 久美				17:30	
18:00				木-3	土-4	ホットヨーガ ベーシック 18:00~18:30 高橋 良枝	18:00	
18:30			水-4	ホットスタイル ピラティス 18:15~18:45 RAN			18:30	
19:00		火-4		木-4	土-5	ホットヨーガ アドバンス 19:00~19:30 高橋 良枝	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 19:15~19:45 ひろこ			19:30	
20:00	月-2		ホットヨーガ アドバンス 19:45~20:15 松尾 洋一郎				20:00	
20:30			ホットヨーガ パワーベーシック 20:00~20:30 吉田 静枝	水-5	ホットヨーガ スクール(5月) 20:00-21:00 (全4回) 担当：ひろこ 会員価格 6,600円(税込)		20:30	
21:00			火-5					21:00
21:30							21:30	
22:00	◆新型コロナウイルス感染予防策のお知らせ◆ ・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。 ・一部レッスン時間の短縮をしております。 ・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。 ・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。						22:00	
22:30							22:30	
23:00	■施設 23:00 CLOSE						23:00	
					■施設 22:30 CLOSE	■施設 20:00 CLOSE 		