2024年4月29日(月/祝)

特別プログラム

MEGALOS HACHIOUJI Time Line For Studio , Gym , Aqua

4/29(月/祝)

	スタジオA	スタジオB	スカッシュ	Re･Self【有料】	Aqua
9:30	営業開始　10：00				
10:00					
10:30	定員制40名 パワーヨーガ 10:30-11:15 安在　美和	定員制42名 リトモス 10:30-11:15 岩田　香織			アクアダンス 10:30-11:00
11:00					
11:30	【ヨーガスクール】 11:25-12:15 安在　美和 【有料スクール】	定員制42名 フラダンス 11:30-12:00 大室　英子			
12:00					スイムトレーニング 12:00-12:30
12:30	定員制40名 ヴォーカリズム 12:30-13:15 Ａｍｉ	定員制42名		月-1　定員16名	
13:00		（映像）Group Groove 12:45-13:45		ホットヨーガ アドバンス 12:45-13:30 安在　美和	
13:30	定員制26名 TOBIPPA 13:30-14:00 田中　龍時				
14:00	定員制35名	定員制35名		【女性専用】定員制16名	
14:30	Group Blast 14:15-15:00 田中　龍時	（映像）Group Power 14:15-15:15		【ピラティス】 infinity~flow~ 14:15-15:00 中西　美早	
15:00				フィットネス会員のみ参加可能 室温は常温となります	
15:30	定員制14名 VOLTBOX 15:30-16:00 寺﨑　瞬	定員制42名			
16:00		（映像）Group Centergy 15:45-16:45			
16:30	【女性専用】定員制13名 infinity~kick~ 16:30-17:00 寺﨑　瞬				
17:00		定員制42名			
17:30	定員制40名 Group Fight 17:30-18:15 木坂　碧	（映像）Group Groove 17:15-18:15		月-2　定員16名	
18:00				ホットスタイル ピラティス 18:00-18:45 ＲＡＮ	
18:30					選手クラス 18:00-20:00
19:00					
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 （24時間会員　＆　ナイトモーニング会員は夜間利用可能）				
20:30					
21:00					
21:30					
22:00					
22:30					
23:00					