

# メガロス日比谷シャンテ 5/4(土祝)スタジオスケジュール

営業開始 9:30

スタジオA 女性専用		スタジオB	
10:00			
10:30			
11:00			【格闘技系エクササイズ】
11:30			11:00-11:45 BODYCOMBAT Kyohei
12:00	【常温】		★★☆
12:30	12:00-12:45 FLOPilates CAORI		【有料イベント】1,000円(税込)
13:00	☆☆☆		【ウエイトトレーニング】 12:15-13:00 GroupPower Azusa&Mako&Rina
13:30	【常温】		★★☆
14:00	13:15-13:45 Gaze美尻 Azusa		【有料イベント】700円(税込)
14:30	☆☆☆		【トランポリン】 13:30-14:00 TOBIPPA Minori&Mako
15:00	【HOT】		☆☆☆
15:30	14:15-15:00 骨盤リセット Rimi		【有料イベント】700円(税込)
16:00	☆☆☆		【キックボクシング】 14:30-15:00 infinitykick Minori&Rina
			☆☆☆
最終チェックアウト 19:00			

# メガロス日比谷シャンテ 5/6(月祝)スタジオスケジュール

営業開始 9:30

スタジオA 女性専用		スタジオB	
10:00			
10:30			
11:00		【ダンス】	
11:30		11:00-11:45 JAZZダンス 松本真実	
12:00		☆☆☆	
12:30		【有料イベント】1,000円(税込)	
13:00	【HOT】 12:30-13:00 ホットストレッチ Chizuru	【ヨガ・ピラティス】 12:15-13:00 GroupCentergy Sho&Izumi&Hazuki	
13:30	☆☆☆	☆☆☆	
14:00	【常温】 13:30-14:00 infinityflow Chizuru	【ダンス】 13:25-14:10 ZUMBA IZUMI	
14:30	☆☆☆	☆☆☆	
15:00		【有料イベント】1,300円(税込)	
15:30		14:40-15:30 元プロ格闘家によるパンチセミナー-30 VOLTBOX20 Masato&Hazuki	
16:00			
最終チェックアウト 19:00			