春はすぐそこ！新生活に向けてスタートを切りませんか？

3/29(金) 施設無料体験会

スタジオA	ストレッチエリア	パーソナルトレーニング

1部　10:00-12:30

入館　9:45　/　最終退館　12:30

■infinity flow
ボディラインが気になる、女性のための
ピラティスプログラム。
最新チャート曲に合わせて、楽しみながら、
しなやかな身体を手に入れましょう♪

infinity flow
10:30-11:00

■ストレッチポール
背骨や骨盤周りをリラックスさせ、
姿勢改善効果UP!

ストレッチポール10
11:15-11:25

WORKOUT~hitsong~
11:30-12:00

■WORKOUT~hitsong~
1980～90年代の曲をプレイバック！
『懐かしい音楽』に合わせて
筋トレや有酸素運動の要素を組み合わせた
シンプルなエクササイズです！

パーソナルトレーニング体験

●10:00-11:00
●11:00-12:00

定員：各2名ずつ

2部　19:00-21:30

入館　18:30　/　最終退館　21:30

WORKOUT~hitsong~
19:30-20:00

■GRID
全身の筋膜をほぐして、
関節可動域を広げます。
コリの解消や血流をUP!

GRID10
20:15-20:25

VOLTBOX20
20:30-20:50

■VOLTBOX
音楽×暗闇エクササイズ
シンプルで本格的なボクシングコンビネーションで
実際のサンドバッグにパンチを打ち込みます！
脂肪燃焼、ストレス解消におすすめ★

パーソナルトレーニング体験

●19:30-20:30

定員：2名

始めやすいこの機会に
一緒にメガロスで運動をしませんか？
皆さまの無料体験会の
ご参加お待ちしております★★

【3月入会キャンペーン】

◆事務登録料　0円
◆スタートパック　2か月　無料

スタートパック内容：タオルプラス、水素水プラス、バリュープラス、プロテイン12、メガロスLEANBODY