# 2024年4月度～9月度　メガロスホットヨーガスクールカレンダー

## 4月度

| 曜日 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 日 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 週目 | | １週目 | | １週目 | １週目 | １週目 | １週目 |
| 日 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 週目 | １週目 | ２週目 | | ２週目 | ２週目 | ２週目 | ２週目 |
| 日 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 週目 | ２週目 | ３週目 | | ３週目 | ３週目 | ３週目 | ３週目 |
| 日 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 週目 | ３週目 | ４週目 | | ４週目 | ４週目 | ４週目 | ４週目 |
| 日 | 28 | 29 | 30 | | | | |
| 週目 | ４週目 | 休講日 | | | | | |

## 5月度

※6日19：00以降のレッスンは休講になります。
（半年間振替でのご案内になります。）

| 曜日 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 日 | | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 週目 | | | | 休講日 | 休講日 | 休講日 | 休講日 |
| 日 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 週目 | １週目 | １週目 | | １週目 | | １週目 | １週目 |
| | | 祝日 | | | | | |
| 日 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 週目 | ２週目 | ２週目 | | ２週目 | | ２週目 | ２週目 |
| 日 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 週目 | ３週目 | ３週目 | | ３週目 | | ３週目 | ３週目 |
| 日 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 6月1日 |
| 週目 | ４週目 | ４週目 | | ４週目 | | ４週目 | ４週目 |

## 6月度

| 曜日 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 日 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 週目 | １週目 | １週目 | | １週目 | | １週目 | １週目 |
| 日 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 週目 | ２週目 | ２週目 | | ２週目 | | ２週目 | ２週目 |
| 日 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 週目 | ３週目 | ３週目 | | ３週目 | | ３週目 | ３週目 |
| 日 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 週目 | ４週目 | ４週目 | | ４週目 | | ４週目 | ４週目 |
| 日 | 30 | | | | | | |
| 週目 | 休講日 | | | | | | |

## 7月度

※15日19：00以降のレッスンは休講になります。
（半年間振替でのご案内になります。）

| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 日 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 週目 | | １週目 | | １週目 | １週目 | １週目 | １週目 |
| 日 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 週目 | １週目 | ２週目 | | ２週目 | ２週目 | ２週目 | ２週目 |
| 日 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 週目 | ２週目 | ３週目 | | ３週目 | ３週目 | ３週目 | ３週目 |
| | | 祝日 | | | | | |
| 日 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 週目 | ３週目 | ４週目 | | ４週目 | ４週目 | ４週目 | ４週目 |
| 日 | 28 | | | | | | |
| 週目 | ４週目 | | | | | | |

## 8月度

| 曜日 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 日 | | 7月29日 | 7月30日 | 7月31日 | 1 | 2 | 3 |
| 週目 | | １週目 | | １週目 | | １週目 | １週目 |
| 日 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 週目 | １週目 | ２週目 | | ２週目 | | ２週目 | ２週目 |
| 日 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 週目 | ２週目 | 休講日 | | 休講日 | | 休講日 | 休講日 |
| 日 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 週目 | ３週目 | ３週目 | | ３週目 | | ３週目 | ３週目 |
| 日 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
| 週目 | ４週目 | ４週目 | | ４週目 | | ４週目 | ４週目 |

## 9月度

※23日19：00以降のレッスンは休講になります。
（半年間振替でのご案内になります。）

| 曜日 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 日 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 週目 | １週目 | １週目 | | １週目 | | １週目 | １週目 |
| 日 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 週目 | ２週目 | ２週目 | | ２週目 | | ２週目 | ２週目 |
| 日 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 週目 | ３週目 | 休講日 | | ３週目 | | ３週目 | ３週目 |
| | | 祝日 | | | | | |
| 日 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 週目 | ４週目 | ３週目 | | ４週目 | | ４週目 | ４週目 |
| | | 祝日 | | | | | |
| 日 | 29 | 30 | | | | | |
| 週目 | 休講日 | ４週目 | | | | | |

# MEGALOS SAGINUMA

# ホットヨーガスクール

## 2024年4月～

| | 月 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 10:00 | ベーシック(初心者）or アドバンス（上級者） | | | | | |
| 10:30 | | | | | | |
| 11:00 | | 11:00-11:45 ベーシック izumi | 11:00-11:45 ベーシック 岸川ゆき | 11:15-12:00 ベーシック MISAKI | | 11:20-12:05 アドバンス Ｍａｒｉ |
| 11:30 | | | | | | |
| 12:00 | | | | | 11:45-12:30 ベーシック 松尾洋一郎 | |
| 12:30 | | | | | | |
| 13:00 | 13:15-14:00 アドバンス Ｍａｒｉ | 13:15-14:00 ベーシック 田中真紀 | | 13:00-13:45 ベーシック 林浩子 | | |
| 13:30 | | | | | 13:30-14:15 ベーシック 阿久津幸子 | 13:45-14:30 ベーシック 八重樫ゆかり |
| 14:00 | | | | | | |
| 14:30 | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | |
| 15:30 | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | |
| 16:30 | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | 17:00-17:45 ベーシック 八重樫ゆかり |
| 17:30 | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | |
| 18:30 | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | |
| 19:30 | | 19:45-20:30 ベーシック 阿久津幸子 | | | 各クラス 定員8名 | |
| 20:00 | | | | 20:15-21:00 ベーシック 八重樫ゆかり | | |
| 20:30 | 20:45-21:30 ベーシック 田中江里香 | | | | | |
| 21:00 | | | | | | |
| 21:30 | | | | | | |

＊１ℓ以上のお飲み物をご持参の上、レッスンにご参加下さい。

## 月会費（タオル・ヨガマットレンタル付き/1レッスン１セット）

**9,438円（税込）**

レギュラー会員に併せてご入会なら3,300円(税込)/月OFF

## クラスの種類

| | |
|---|---|
| ホットヨーガ・ベーシック | ホットスタジオ(高温)で身体を引き締め、<br>美しいボディラインを作る、初級者向けのクラスです。 |
| ホットヨーガ・アドバンス | ホットスタジオ(高温)で身体を引き締め、<br>美しいボディラインを作る、上級者向けのクラスです。 |

## 申込み方法

**2階メインフロントにて書類に必要事項を記入後、入金となります。**

準備するもの　①月会費2ヶ月分　②事務登録料6,600円（税込）
③キャッシュカードまたは通帳+届出印　④公的身分証明書

※ 既に鷺沼店の会員の方は、①月会費2か月分 ②会員証のみのご用意となります。

| | |
|---|---|
| 入　会 | **随時お申し込みいただけます。**<br>※レッスン開始日はご確認下さい。 |
| 振　替 | **1ヶ月につき2回までは無料。他のクラスに振替ができます。**（欠席日当月度内/欠席日含め以降2か月となります。）<br>**※3回目以降は有料（1回600円／税込）**<br>**翌月度への振替は前月の15日からご予約いただけます。**<br>※15日が休館日の場合、休館日の翌営業日から振替予約可能となります。<br>※振替期限内であっても、退会後にお振り替えをとることはできません。 |
| 曜日・時間変更 | **変更希望月の前月最終レッスン日までとなります。（月途中での変更はできません）**<br>※クラスが定員に達している際は、お断りする場合がございます。 |
| 退　会 | **毎月10日が退会受付の期限となります。**<br>※10日が休館日の場合は、前日の9日までが期限となります。<br>※毎月11日以降の手続きに関しては、翌月末の退会となりますのでご注意ください。 |