

【メガロス立川 北館】11月3日(火・祝)スケジュール

	スタジオA	スタジオB	Re・Self	プール	
	【10:00 OPEN】				
10:00					10:00
10:30					10:30
11:00	【定員35名】 フラダンス 10:55～11:25 浅見 さやか	【定員24名】 バーニングエアロ 10:50～11:20 MIRAY	※Re・Self会員専用プログラム ホットヨーガ・ベーシック 11:00～11:45 尾崎 全子	★ベビースクール 10:20～11:55 (有料登録制)	11:00
11:30		【有料登録制】			11:30
12:00	【定員35名】 ボディデザインピラティス 12:00～12:30 葉月 ちひろ	★フラダンス 短期スクール 11:45～12:45 浅見 さやか			12:00
12:30				スイムトレーニング 12:15～12:45	12:30
13:00	【定員35名】 トラディショナルヨーガ 13:00～13:45 丸橋 広美	【定員24名】 BAILA BAILA 13:05～13:35 尾崎 全子		★スイムスクール 中上級 13:00～14:00 (有料登録制)	13:00
13:30					13:30
14:00	【定員35名】 ジャイロキネシス 14:00～14:30 丸橋 広美	【定員24名】 バレエ～バーレッスン～ 14:00～14:30 楓 沙樹	※Re・Self会員専用プログラム ホットスタイルピラティス 14:00～14:30 RAN	アクアダンス 14:05～14:35 中桐 桃代	14:00
14:30		【定員24名】 ジャズダンスNEXT 14:45～15:15 楓 沙樹			14:30
15:00	【定員35名】 エンジョイエアロ 15:00～15:30 萬代 昌弘	【定員24名】 ジャズダンスSTAGE 15:30～16:00 楓 沙樹		パーソナルレッスン 14:50～15:20 (有料予約制)	15:00
15:30	【定員24名】 UBOUND 15:50～16:20 勝然 美帆				15:30
16:00					16:00
16:30	【定員24名】 UBOUND 16:40～17:10 勝然 美帆	【有料登録制】			16:30
17:00		★バレエ 短期スクール 17:00～18:00 KAKO		キッズスイミングスクール 15:20～18:40	17:00
17:30	【定員15名】 VOLT BOX start 17:40～18:00 土士田 康平				17:30
18:00					18:00
18:30	【定員15名】 VOLT BOX 18:20～18:40 土士田 康平				18:30
19:00					19:00
19:30	【施設利用 19:50まで】				19:30
20:00	【チェックアウト 20:00まで】				20:00

 の枠は、はじめての方におすすめのクラスです。
 全クラスWEB予約制となっております。
 まいMEGAネットにてご予約ください。
 アクアプログラムはプールカウンターにてご予約ください。