

# メガロス綱島 ゴールデンウィーク特別スケジュール (5/4・5/5・5/6)

有料イベント詳細は順次お知らせいたします。※5月7日以降は通常レッスンです。

## MEGALOS TSUNASHIMA Time Line For Studio , Gym , Aqua

	5月4日 (土・祝)			5月5日 (日・祝)			5月6日 (月・祝)				
	スタジオA (1F)	スタジオB (3F)	Re·Self	スタジオA (1F)	スタジオB (3F)	Re·Self	スタジオA (1F)	スタジオB (3F)	Re·Self		
	営業開始 9:00			営業開始 9:00			営業開始 9:00				
9:00										9:00	
9:30	【定員 35名】	【定員 43名】	【登録制・定員12名】	【キッズスクール】 ミライク 7:30~11:30	【定員 43名】					9:30	
10:00	ヒーリングアロマヨガ 9:50~10:35 吉田 静枝	美曲線ヨガ 9:50~10:35 田中 江里香	ホットヨガ・ベーシック 9:45~10:30 atsu 【有料・要予約】		ヒーリングアロマヨガ 9:45~10:30 かおり			【定員 35名】	【定員 38名】		10:00
10:30	【定員 35名】	【定員 38名】	【登録制・定員12名】		【定員 38名】	【登録制・定員12名】		ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 加藤 りえ子	カーディオダンス 10:10~10:55 谷口 浩子		10:30
11:00	ボディデザインピラティス 10:50~11:35 吉田 静枝	ZUMBA(45分クラス) 11:00~11:45 トビ	ホットヨガ・ベーシック 11:00~11:45 田中 江里香 【有料・要予約】	アドバンスエアロ 10:45~11:30 ita	ホットヨガ・アドバンス 10:45~11:30 かおり 【有料・要予約】		【定員 35名】	【定員 38名】	【登録制・定員12名】	11:00	
11:30	【定員 35名】	【定員 43名】		【定員 35名】	【定員 38名】		【映像】 Group Groove 11:15~12:00	エンジョイエアロ 11:10~11:40 谷口 浩子	【登録制・定員12名】	11:30	
12:00	【映像】 Group Groove 12:00~12:45	トラディショナルヨガ 12:00~12:45 atsu		トラディショナルヨガ 12:00~12:45 かおり	リトモス 11:45~12:30 中尾 桂子		【有料短期クラス】	アドバンスエアロ 12:00~12:45 丹 憲一		12:00	
12:30	【定員 35名】	【定員 38名】		【定員 35名】	【定員 38名】		フランドスクール 12:30~13:30 成瀬 恵 ※詳細は別途	【定員 38名】		12:30	
13:00	Infinity flow ※女性限定 13:05~13:20 高井 彩奈	ボディメイクエアロ 13:00~13:45 atsu		【映像】Group Centery 13:05~13:20	Group Power 13:00~13:45 長谷川 亮		【定員 35名】	エンジョイエアロ 13:05~13:35 丹 憲一		13:00	
13:30							【定員 35名】			13:30	
14:00	【定員 35名】	【定員 38名】	【登録制・定員12名】		【定員 38名】		Group Fight 13:45~14:15 小比賀 貴次	【有料クラス】		14:00	
14:30	【映像】 Group Centery 14:10~14:55	Group Power 14:00~14:45 小比賀 貴次	ホットヨガ パワー・アドバンス 14:00~14:45 KURISU 【有料・要予約】	【有料イベント】 14:15~14:45 KAZOO ※詳細は別途	Group Fight 14:00~14:45 久保木 英雄		【定員 35名】	コンディショニング 13:55~14:40 丹 憲一 ※詳細は別途		14:30	
15:00		【定員 38名】			【定員 43名】		ヴォーカリズム 14:35~15:05 かおり	【定員 43名】		15:00	
15:30	【有料イベント】 Group Fight 15:30~16:15 小比賀 貴次・久保木 英雄 ※詳細は別途	Group Groove 15:00~15:45 高井 彩奈	【登録制・定員12名】		Infinity flow ※女性限定 15:05~15:20 高井 七瀬			Group Centery 15:10~15:55 草野 明白香	【登録制・定員12名】	15:30	
16:00		【定員 25名】	ホットヨガ・ベーシック 15:30~16:15 藤原 美由紀 【有料・要予約】	【キッズスクール】 ミライク 15:30~16:30	【定員 25名】	【登録制・定員12名】 【中温クラス】	【キッズスクール】 ミライク 15:30~16:30		【登録制・定員12名】	16:00	
16:30		【定員 25名】	★ピキナークラス★ 入室から★以内の方限定		【定員 38名】	ホットヨガ・ベーシック 16:15~17:00 吉田 静枝 【有料・要予約】		【有料イベント】		16:30	
17:00		VOLTJUMP 16:35~17:05 高垣 七瀬	【登録制・定員12名】	【有料短期クラス】	Group Blast 16:30~17:15 長谷川 春果		【キッズスクール】 ミライク 16:30~17:30	Group Fight 16:30~17:15 長谷川 春果 ※詳細は別途		17:00	
17:30		【有料イベント】		ソウルダンススクール 17:00~17:45 KAZOO ※詳細は別途						17:30	
18:00	【定員 35名】	TOBIPPA30×2 17:30~18:40 佐藤 優太・高井 彩奈 綿貫 真鈴・高垣 七瀬 ※詳細は別途			【有料イベント】	【登録制・定員12名】	【定員 35名】	【有料イベント】		18:00	
18:30	バレエ〜バレレッスン〜 18:00~18:45 鍋嶋 聡子				ZUMBA(45分クラス) 18:00~18:45 トビーしよ ※詳細は別途	ホットヨガ パワー・アドバンス 18:00~18:45 吉田 静枝 【有料・要予約】	リトモス 18:00~18:45 中尾 桂子	Group Blast 17:45~18:45 長谷川 春果・綿貫 真鈴 ※詳細は別途		18:30	
19:00	【有料短期クラス】									19:00	
19:30	バレエ センターレッスン 19:00~20:00 鍋嶋 聡子 ※詳細は別途									19:30	
20:00										20:00	
20:30				マシジム・プール利用時間は 19:50 まで 施設閉館時間 20:00			マシジム・プール利用時間は 19:50 まで 施設閉館時間 20:00			20:30	
21:00	マシジム・プール利用時間は 19:50 まで 施設閉館時間 20:00									21:00	