

2025年
5月

メガロスフレ麻布十番

※レッスン開始5分前までにチェックインをお願いします。

当日キャンセル待ちの方がいた場合、5分前までにチェックインがないとご予約をされていてもご参加いただけない場合がございますので予めご了承ください。

MEGALOS_Reflet

SurfFit
JAPAN

ANTI GRAVITY®

MEGALOS Reflet Azabujuban Time Line For Studio							
	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
7:00			営業開始 7:00			営業開始 7:30	営業開始 7:30
7:30	[定員13名]	[定員13名]	[定員13名]	[定員13名]	[定員11名]		
8:00	infinty flow 7:30~8:15 Mayumi	Group Centergy 7:30~8:15 Kaho	Gaze ~肩甲骨美人~ 7:30~8:15 Yucco	Surf Exercise ~BASIC2.0~ 7:30~8:15 Shiori	AntiGravity® RestorativeYoga 奇数日:2/偶数日:1 7:30~8:30 Hana		
8:30	[定員13名]	[定員13名]		[定員13名]		キッズミライクプラス ジュニア 8:00~9:00	キッズミライクプラス ジュニア 8:00~9:00
9:00	Surf Exercise ~TotalBeauty5.0~ 8:45~9:30 Mayumi	ポールコンディショニング 8:45~9:25 Kaho	[定員11名]	infinty flow 8:45~9:30 Shiori	[定員13名]		
9:30			AntiGravity® Fundamentals1 9:00~10:00 Sakie		ストレッチーズ 9:00~9:45 Sakie	キッズミライクプラス キッズ 9:00~10:00	キッズミライクプラス キッズ 9:00~10:00
10:00	[定員11名]	[定員13名]			[定員11名]		
10:30	AntiGravity® Fundamentals1 10:00~11:00 Erika	Surf Exercise ~BASIC4.0~ 10:00~10:45 Kaho	[定員13名]	ヘビーミライク 10:00~10:45	AntiGravity® Aerial Yoga Class Design 奇数日:1/偶数日:3 10:15~11:15 Hana	キッズミライクプラス キッズ 10:00~11:00	キッズミライクプラス キッズ 10:00~11:00
11:00			Gaze ~美尻~ 10:30~11:15 Yucco				
11:30	[定員11名]	Group Centergy 11:15~12:00 Ami	[定員13名]	[定員13名]	[定員11名]	[定員13名]	ヘビーミライク 11:00~11:45
12:00	AntiGravity® Fundamentals 奇数日:2/偶数日:3 11:30~12:30 Erika		Surf Exercise ~TotalBeauty~ 11:45~12:30 Yuko	ジャズダンスNEXT 11:30~12:20 Kirara	AntiGravity® Restorative Yoga Class Design 奇数日:2/偶数日:1 11:35~12:35 Sakie	トラディショナルヨーガ 11:30~12:15 Kazu	
12:30		[定員13名]		[定員13名]		[定員13名]	[定員11名]
13:00	[定員13名]	Gaze ~くびれ~ 12:30~13:15 Ami	[定員13名]	[定員13名] TOBIPPA 12:45~13:15 Shiori	[定員13名]	Surf Exercise ~BASIC MIX~ 12:40~13:25 Yuko	AntiGravity® Fundamentals1 12:30~13:30 YUCA
13:30	Gaze ~肩甲骨美人~ 13:00~13:45 Yucco		Group Centergy 13:00~13:45 Yuko		Surf Exercise ~BASIC7.0~ 13:00~13:45 Sakie		
14:00	キッズアフタースクール ※14:00~18:45までは キッズアフタースクール生のみのご利用時間です					Gaze~くびれ~ 13:45~14:15 Ami	[定員11名]
14:30							AntiGravity® Restorative Yoga Class Design 奇数日:1/偶数日:2 14:00~15:00 YUCA
15:00						キッズミライクプラス キッズ 14:30~15:30	
15:30							[定員13名]
16:00						キッズミライクプラス ジュニア 15:30~16:30	VOLTJUMP 15:30~16:00 Kaho
16:30							[定員13名]
17:00						[定員13名]	Group Centergy 16:30~17:15 Saya
17:30						AntiGravity® Fundamentals 奇数日:3/偶数日:2 16:50~17:50 Mayu	[定員13名]
18:00							Surf Exercise ~BASICS.0~ 17:45~18:30 Saya
18:30						[定員13名] VOLTJUMP 18:15~18:45 Mayu	
19:00							Surf Exercise ~TotalBeauty MIX~ 18:50~19:35 Yuko
19:30	[定員13名]	[定員13名]	[定員13名]	[定員11名]	[定員13名]	[定員13名]	
20:00	Surf Exercise ~BASIC2.0~ 19:30~20:15 Hinata	VOLTJUMP 19:25~19:55 Mayu	Group Centergy 19:30~20:15 Kaho	AntiGravity® Fundamentals 奇数日:2/偶数日:1 19:25~20:25 Ami	Surf Exercise ~TotalBeauty4.0~ 19:30~20:15 Yuko	Group Centergy 19:15~20:15 Yuko	[定員13名]
20:30		[定員11名]					infinty flow 20:05~20:50 Yuko
21:00	[定員13名]	AntiGravity® Fundamentals 奇数日:1/偶数日:3 20:30~21:30 Mayu	[定員13名]	[定員13名]	[定員13名]		
21:30	infinty flow 20:45~21:30 Hinata		Surf Exercise ~TotalBeauty2.0~ 20:45~21:30 Kaho	infinty flow 20:50~21:35 Ami	Group Centergy 20:45~21:30 Yuko		
22:00						営業終了 21:00	営業終了 21:00

◆スタジオレッスン参加について◆

- * : ホットレッスン。28~32度、乾燥しない程度の湿度に設定した部屋で行うクラス
- * : 参加条件のあるプログラムです。詳しくはプログラム案内をご覧ください
- * : シューズが必要なクラスです。(無料レンタルあり) 靴下をお持ちください
- * 急な休講・変更がある場合がございます

【営業時間】月~金 7:00~22:00 土曜・日曜・祝日 7:30~21:00

【受付時間】月~金 11:00~14:00/19:00~20:00

土曜・日曜・祝日 10:00~18:00

【定休日】毎月5日・15日・25日・月末最終日 (夏期・年末年始休館あり)