

2025年  
11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



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	7:00					
7:30	[定員13名] infinty flow 7:30~8:15 Mayumi	[定員13名] Group Centergy 7:30~8:15 Kaho	[定員13名] Gaze ~肩甲骨美人~ 7:30~8:15 Yucco	[定員13名] Surf Exercise ~BASIC2.0~ 7:30~8:15 Shiori	[定員11名] AntiGravity® RestorativeYoga 奇数日:2/偶数日:1 7:30~8:30 Hana			7:30					
8:00						キッズミライクス ジュニア 8:00~9:00	キッズミライクス ジュニア 8:00~9:00	8:00					
8:30	[定員13名] Surf Exercise ~TotalBeauty6.0~ 8:45~9:30 Mayumi	[定員13名] ポールコンディショニング 9:00~9:40 Kaho	[定員11名] AntiGravity® Fundamentals1 9:00~10:00 Sakie	[定員13名] infinty flow 8:45~9:30 Shiori	[定員13名] ストレッチーズ 9:00~9:45 Sakie			8:30					
9:00						キッズミライクス キッズ 9:00~10:00	キッズミライクス キッズ 9:00~10:00	9:00					
9:30								9:30					
10:00	[定員11名] AntiGravity® Fundamentals1 10:00~11:00 Wakana	[定員13名] Surf Exercise ~BASIC2.0~ 10:15~11:00 Hinata	[定員13名] Gaze ~美尻~ 10:30~11:15 Yucco	ヘビーミライクス 10:00~10:45	[定員11名] AntiGravity® Aerial Yoga Class Design 奇数日:1/偶数日:3 10:15~11:15 Hana	キッズミライクス キッズ 10:00~11:00	キッズミライクス キッズ 10:00~11:00	10:00					
10:30								10:30					
11:00	[定員11名] AntiGravity® Fundamentals 奇数日:2/偶数日:3 11:30~12:30 Wakana	[定員13名] Group Centergy 11:30~12:15 Kaho	[定員13名] Surf Exercise ~TotalBeauty3.0~ 11:45~12:30 Sakie	ジャズダンスNEXT 11:30~12:20 Kirara	[定員11名] AntiGravity® Restorative Yoga Class Design 奇数日:2/偶数日:1 11:35~12:35 Sakie		ヘビーミライクス 11:00~11:45	11:00					
11:30				[定員13名] ジャズダンスNEXT 11:30~12:20 Kirara		ホットスタイルピラティス 11:30~12:15 Kazu		11:30					
12:00								12:00					
12:30		[定員13名] TOBIPPA 12:45~13:15 Hinata	[定員13名] Group Centergy 13:00~13:45 Yuko	[定員13名] Surf Exercise ~BASIC2.0~ 12:50~13:35 Shiori	[定員13名] infinty flow 13:00~13:30 Sakie		infinty flow 12:30~13:15 Yuko	12:30					
13:00	[定員13名] infinty flow 13:00~13:45 Kao							13:00					
13:30								13:30					
14:00	<p style="text-align: center;"><b>キッズアフタースクール</b></p> <p style="text-align: center;">※14:00~18:45までは キッズアフタースクール生のみご利用時間です</p>					[定員13名] ポールコンディショニング 14:00~14:40 Lia	Gaze ~肩甲骨美人~ 13:45~14:30 Yucco	14:00					
14:30												14:30	
15:00													15:00
15:30													15:30
16:00													16:00
16:30													16:30
17:00													17:00
17:30													17:30
18:00													18:00
18:30													18:30
19:00								19:00					
19:30	[定員13名] Surf Exercise ~BASIC2.0~ 19:30~20:15 Hinata	[定員13名] VOLTJUMP 19:25~19:55 Mayu	[定員13名] Group Centergy 19:30~20:15 Kaho	[定員13名] infinty flow 19:25~20:10 Kao	[定員13名] Surf Exercise ~TotalBeauty~ 19:30~20:15 Yuko	[定員13名] Group Centergy 19:15~20:15 Yuko	AntiGravity® Restorative Yoga Class Design 奇数日:1/偶数日:2 19:00~20:00 Yuko	19:30					
20:00								20:00					
20:30	[定員13名] infinty flow 20:45~21:30 Hinata	[定員11名] AntiGravity® Fundamentals 奇数日:1/偶数日:3 20:30~21:30 Mayu	[定員13名] Surf Exercise ~BASIC4.0~ 20:45~21:30 Kaho	[定員11名] AntiGravity® Fundamentals 奇数日:2/偶数日:1 20:35~21:35 Kazue	[定員13名] Group Centergy 20:45~21:30 Yuko			20:30					
21:00								21:00					
21:30						営業終了 21:00	営業終了 21:00	21:30					
22:00	営業終了 22:00							22:00					

◆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)