

2026年  
2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	7:00
7:30	[定員13名]	[定員13名]	[定員13名]	[定員13名]	[定員11名]			7:30
8:00	infinty flow 7:30~8:15 Mayumi	Group Centergy 7:30~8:15 Kaho	Gaze ～肩甲骨美人HOT～ 7:30~8:15 Yucco	Surf Exercise ～BASIC2.0～ 7:30~8:15 Shiori	AntiGravity® RestorativeYoga Class Design2 7:30~8:30 Hana			8:00
8:30	[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	8:30
9:00	Surf Exercise ～TotalBeauty5.0～ 8:45~9:30 Mayumi	[定員13名] ボ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	infinty flow 8:45~9:30 Shiori	[定員13名] 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	9:00
9:30								9:30
10:00	[定員11名]							10:00
10:30	AntiGravity® Fundamentals1 10:00~11:00 Wakana	[定員13名] Surf Exercise ～BASIC2.0～ 10:15~11:00 Hinata	[定員11名] AntiGravity® Restorative Yoga Class Design2 10:20~11:20 Sakie	ヘビーミライク 10:00~10:45	[定員11名] ★ AntiGravity® Aerial Yoga Class Design 奇数日:2/偶数日:4 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	10:30
11:00								11:00
11:30	[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～ 11:50~12:35 Sakie	[定員13名] ジャズダンスNEXT 11:30~12:20 Mami	[定員11名] AntiGravity® Restorative Yoga Class Design1 11:35~12:35 Sakie	[定員13名] ホットスタイルピラティス 11:30~12:15 Kazu	ヘビーミライク 11:00~11:45	11:30
12:00								12:00
12:30								12:30
13:00	[定員13名] Gaze ～美脚～ 13:00~13:45 Yucco	[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	[定員13名] Surf Exercise ～TotalBeauty MIX～ 13:00~13:45 Yuko	[定員13名] Gaze ～肩甲骨美人HOT～ 13:45~14:30 Yucco	13:00
13:30								13:30
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					※時間変更※		14:00
14:30						[定員13名] Gaze ～美尻～ 14:15~15:15 Yucco		14:30
15:00							[定員11名] AntiGravity® Fundamentals1 15:00~16:00 Kaho	15:00
15:30						※時間変更※		15:30
16:00						[定員11名] AntiGravity® Fundamentals1 15:45~16:45 Mayu		16:00
16:30						※時間変更※ [定員11名]	[定員13名] Group Centergy 16:30~17:15 Saya	16:30
17:00						AntiGravity® Fundamentals 奇数日:2/偶数日:3 17:05~18:05 Mayu		17:00
17:30						※時間変更※	[定員13名] Surf Exercise ～BASICS.0～ 17:45~18:30 Saya	17:30
18:00								18:00
18:30						[定員13名]		18:30
19:00						Group Centergy 18:45~19:45 Yuko	[定員11名] AntiGravity® Restorative Yoga Class Design 奇数日:1/偶数日:2 19:00~20:00 Yuko	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11名] AntiGravity® Fundamentals1 19:30~20:30 Kazue	[定員13名] Surf Exercise ～BASIC3.0～ 19:30~20:15 Yuko	※時間変更※		19:30
20:00								20:00
20:30		[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 ～TotalBeauty2.0～ 20:45~21:30 Kaho	[定員11名] ★ AntiGravity® Fundamentals2 20:45~21:45 Kazue	[定員13名] Group Centergy 20:45~21:30 Yuko			20:30
21:00	[定員13名] infinty flow 20:45~21:30 Hinata							21:00
21:30								21:30
22:00	営業終了 22:00					営業終了 21:00	営業終了 21:00	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)