

2026年
2月

メガロスルフレ麻布十番

※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

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						7:00
7:30	【定員13名】	【定員13名】	【定員13名】	【定員13名】	【定員11名】	営業開始 7:30	7:30
8:00	infinity 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】	infinity flow 8:45~9:30 Shiori	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】	【定員11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	9:00
9:30	ポールコンディショニング 9:00~9:40 Kaho	AntiGravity® Fundamentals1 9:00~10:00 Sakie		【定員13名】	【定員13名】	キッズミライクプラス キッズ 9:00~10:00	9:30
10:00	【定員11名】	【定員13名】	【定員11名】	ベビーミライク 10:00~10:45	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	10:00
10:30	AntiGravity® Fundamentals1 10:00~11:00 Wakana	Surf Exercise ~BASIC2.0~ 10:15~11:00 Hinata	AntiGravity® Restorative Yoga Class Design2 10:20~11:20 Sakie			キッズミライクプラス キッズ 10:00~11:00	10:30
11:00				【定員13名】	【定員11名】	ベビーミライク 11:00~11:45	11:00
11:30	【定員11名】	【定員13名】	【定員13名】	ジャズダンスNEXT 11:30~12:20 Mami	AntiGravity® Restorative Yoga Class Design1 11:35~12:35 Sakie	ホットスタイルピラティス 11:30~12:15 Kazu	11:30
12:00	AntiGravity® Fundamentals 奇数日:2/偶数日:3 11:30~12:30 Wakana	Group Centergy 11:30~12:15 Kaho	Surf Exercise ~TotalBeauty3.0~ 11:50~12:35 Sakie				12:00
12:30		【定員13名】	【定員13名】	【定員13名】	【定員13名】	【定員13名】	12:30
13:00	【定員13名】	TOBIPPA 12:45~13:15 Hinata	Group Centergy 13:00~13:45 Yuko	Surf Exercise ~BASIC2.0~ 12:50~13:35 Shiori	infinity flow 13:00~13:30 Sakie	Surf Exercise ~TotalBeauty MIX~ 13:00~13:45 Yuko	13:00
13:30	Gaze ~美脚~ 13:00~13:45 Yucco					※時間変更※ 【定員13名】	13:30
14:00						Gaze ~肩甲骨美人HOT~ 13:45~14:30 Yucco	14:00
14:30							14:30
15:00						【定員11名】	15:00
15:30						AntiGravity® Fundamentals1 15:00~16:00 Kaho	15:30
16:00	キッズアフタースクール						
16:30	※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						
17:00						【定員11名】	
17:30						AntiGravity® Fundamentals 奇数日:2/偶数日:3 17:05~18:05 Mayu	17:30
18:00						【定員13名】	18:00
18:30						Group Centergy 16:30~17:15 Saya	18:30
19:00						【定員13名】	19:00
19:30	【定員13名】	【定員13名】	【定員13名】	【定員11名】	【定員13名】	AntiGravity® Restorative Yoga Class Design 奇数日:1/偶数日:2 19:00~20:00 Yuko	19:30
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® Fundamentals1 19:30~20:30 Kazue	Surf Exercise ~BASIC3.0~ 19:30~20:15 Yuko	【定員13名】	20:00
20:30						【定員13名】	20:30
21:00	infinity flow 20:45~21:30 Hinata	AntiGravity® Fundamentals 奇数日:1/偶数日:3 20:30~21:30 Mayu	【定員13名】	【定員11名】	【定員13名】	Group Centergy 20:45~21:30 Yuko	21:00
21:30						Kazue	21:30
22:00						【定員11名】	22:00
	営業終了 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、乾燥しない程度の温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)