



2025/12 メガロス千種



店舗情報	
■通常営業時間	月曜日～木曜日9:30～23:30
	土曜日9:30～21:00
	日曜・祝日9:30～20:00
■休館日	毎週金曜日、夏期、年末年始

MEGALOS Chikusa Time Line For Studio , Gym , Aqua																									
	月曜日						火曜日						水曜日												
	スタジオA	スタジオB	スタジオC	いちねん サポート	QUICK Program	プール	スタジオA	スタジオB	スタジオC	いちねん サポート	QUICK Program	プール	スタジオA	スタジオB	スタジオC	いちねん サポート	QUICK Program	プール							
9:30	通常営業開始 9:30～						通常営業開始 9:30～						通常営業開始 9:30～						9:30						
10:00	【WEB予約52名】 10:15-10:45 エンジョイエアロ 嶋田直樹	9:30～10:15 ベビーミライク 10ヵ月～満3歳で迎える3月末				10:00-10:30 スイムトレーニング	【WEB予約38名】 10:15-11:00 バーニングステップ 石塚愛美	【WEB予約32名】 10:30-11:00 美曲線ヨーガ 北尾千恵子	【有料スクール】 10:00-11:00 REBORNS FIT 山元マヤ	10:00- 10:45 アドバンス		9:45-10:45 スイムスクール	10:00～10:45 ベビーミライク 10ヵ月～満3歳で迎える3月末	【有料スクール】 9:30-10:30 REBORNS FIT 尾張部篤志		10:00- 10:45 アドバンス		10:00-10:20 ゆっくり歩行	10:00						
10:30		【WEB予約32名】 10:30-11:15 ボディデザインピラティス 青田直子											【WEB予約32名】 10:45-11:30 ボディデザインピラティス 北尾千恵子	【登録無料サークル】 11:00-11:30 健康サークル キャスト					10:30						
11:00	【WEB予約52名】 11:00-11:45 バーニングエアロ 嶋田直樹	【WEB予約32名】 11:30-12:00 やすらぎヨーガ 南幸恵		11:00-11:30 スタート (共通)			【WEB予約38名】 11:15-12:00 アドバンスステップ 石塚愛美	【WEB予約32名】 11:15-12:00 トラディショナルヨーガ 北尾千恵子				肩・首こりケア	【WEB予約38名】 11:20-11:50 エンジョイステップ 増田志乃	10:45-11:30 ボディデザインピラティス 北尾千恵子	11:00-11:30 スタート (共通)		腰痛ケア	11:00							
11:30	【WEB予約38名】 12:10-12:55 ボディデザインピラティス 篠原ゆきえ												【WEB予約52名】 12:05-12:35 バーニングエアロ 増田志乃	【映像 定員32名】 11:45-12:15 美曲線ヨーガ 北尾千恵子				【WEB予約32名】 12:30-12:45 【映像】Group Fight				11:30			
12:00	【WEB予約32名】 12:15-13:00 ラテンバシオン 南幸恵	【WEB予約38名】 12:20-13:05 Group Power 45 山元マヤ					【映像 定員32名】 12:20-12:50 【映像】Group Groove	【WEB予約24名】 12:10-12:55 フラダンス 祖父江麻紀	12:00-12:30 スタート (女性)		12:00～13:00 ■登録制 マスターズサークル	【WEB予約52名】 13:00-13:45 ZUMBA 今嶋美千代	【映像 定員32名】 12:30-12:45 【映像】Group Fight	肩・首こりケア			12:00								
12:30	【WEB予約52名】 13:15-14:00 メガダンス 篠原ゆきえ											【WEB予約32名】 13:30-14:15 太極拳 五十嵐昇子	13:00-13:45 エンジョイエアロ 加藤千佳	【WEB予約32名】 13:00-13:30 エンジョイエアロ 加藤千佳			【WEB予約32名】 13:45-14:30 Group Groove 45 亀卦川奈央				12:30				
13:00		【登録無料サークル】 14:15-14:45 サークル 真壁香					【WEB予約52名】 14:10-14:55 カーディオラテン 廣間貴美子	【WEB予約32名】 14:10-14:55 トラディショナルヨーガ 富山真由子		13:00-13:45 アドバンス		13:05-13:50 アクアダンス45 角野 玲奈	【WEB予約38名】 14:05-14:35 バーニングステップ 山崎貴之	13:00-13:30 エンジョイエアロ 加藤千佳							13:00				
13:30	【WEB予約52名】 15:00-16:00 ミライキッズ 3歳～小学1年												14:50-15:35 バーニングエアロ 山崎貴之	15:00-16:00 ミライキッズ 3歳～小学1年	15:00-16:00 ミライクキッズ 3歳～小学1年	16:00-17:00 ミライクジュニア 年長～小学3年	17:00-18:00 チアダンスキッズ 4歳～小学3年	17:00-18:00 ミライクRUN 小学3年～中学3年	18:00-19:30 選手クラス	13:30					
14:00	14:15-14:45 サークル 真壁香	【WEB予約52名】 16:00-17:00 ミライクキッズ 3歳～小学1年					【WEB予約32名】 16:00-17:00 空手 年長～中学3年	After School			18:00-20:00 選手クラス	14:00-14:30 アクアダンス45 角野 玲奈	14:05-14:35 バーニングステップ 山崎貴之	15:00-16:00 ミライクキッズ 3歳～小学1年	14:00										
14:30	【WEB予約52名】 17:00-18:00 ミライクキッズ 3歳～小学1年											16:00-17:00 短期アクロバティック スクール	18:00-19:00 チアダンスジュニア 小学2年生～ ※講師の認定が必要です	16:00-17:00 ミライクジュニア 年長～小学3年	16:00-17:00 ミライクジュニア 年長～小学3年	17:00-18:00 ミライクRUN 小学3年～中学3年	18:00-19:30 選手クラス	19:30-20:30 スイムスクール	19:30						
15:00		17:00-18:00 短期アクロバティック スクール					【WEB予約52名】 19:15-20:00 メガダンス 野口千恵	【WEB予約32名】 19:30-20:15 トラディショナルヨーガ 増田志乃				20:00-21:00 スイムスクール	14:30-15:00 アクアダンス45 角野 玲奈	15:00-16:00 ミライクキッズ 3歳～小学1年						15:00					
15:30	【WEB予約52名】 19:15-20:00 ZUMBA Kana	18:00-18:45 アドバンス											19:15-20:15 チアダンアドバンス ※オーディション制	16:00-17:00 ミライクジュニア 年長～小学3年	16:00-17:00 ミライクジュニア 年長～小学3年	17:00-18:00 ミライクRUN 小学3年～中学3年	18:00-19:30 選手クラス	19:30-20:30 スイムスクール	19:30						
16:00		19:30-20:15 Group Centergy45 尾張部篤志					【WEB予約38名】 20:20-21:05 Group Blast 45 亀卦川奈央	【WEB予約32名】 20:30-21:00 バーニングエアロ 増田志乃				21:00-21:30 スタート (共通)	16:00-17:00 ミライクジュニア 年長～小学3年	16:00-17:00 ミライクジュニア 年長～小学3年						16:00					
16:30	【WEB予約38名】 20:25-21:10 バーニングステップ 山崎貴之	20:30-21:00 サークル 尾張部篤志											17:00-18:00 チアダンスキッズ 4歳～小学3年	17:00-18:00 ミライクRUN 小学3年～中学3年	17:00-18:00 ミライクRUN 小学3年～中学3年	18:00-19:30 選手クラス	19:30-20:30 スイムスクール	19:30	20:00						
17:00		【映像 定員32名】 21:20-21:50 【映像】Group Fight					【WEB予約32名】 21:15-21:45 ZUMBA YASU					21:00-21:30 スタート (共通)	17:00-18:00 ミライクRUN 小学3年～中学3年	17:00-18:00 ミライクRUN 小学3年～中学3年											
17:30	【WEB予約38名】 21:25-22:10 アドバンスステップ 山崎貴之	21:20-21:50 【映像】Group Fight											18:00-19:00 チアダンスジュニア 小学2年生～ ※講師の認定が必要です	18:00-19:00 チアダンスジュニア 小学2年生～ ※講師の認定が必要です	18:00-19:30 選手クラス	19:30-20:30 スイムスクール	19:30	20:00							
18:00		21:30-22:30 オンライン 映像レッスン											19:15-20:15 チアダンアドバンス ※オーディション制	19:30-20:00 やさしいピラティス 大野優子											
18:30	【WEB予約52名】 22:00-22:30 アクアダンス45 久保田 喬子	22:00-22:30 アクアダンス45 久保田 喬子					22:00-22:30 スタート (共通)						20:00-20:30 スタート (共通)	20:00-20:30 スタート (共通)	20:00-20:30 スタート (共通)	21:00- 21:45 アドバンス		21:00	21:30						
19:00		22:30-23:00 アクアダンス45 久保田 喬子											21:00-21:30 スタート (共通)	21:00-21:30 スタート (共通)											
19:30	【WEB予約38名】 23:00-23:30 アクアダンス45 久保田 喬子	23:00-23:30 アクアダンス45 久保田 喬子					23:00-23:30 スタート (共通)						22:00-22:30 スタート (共通)	22:00-22:30 スタート (共通)	22:00-22:30 スタート (共通)	23:00-23:30 スタート (共通)		22:00	22:30						
20:00		23:30-24:00 アクアダンス45 久保田 喬子											23:00-23:30 スタート (共通)	23:00-23:30 スタート (共通)											
20:30	【WEB予約38名】 23:30-24:00 アクアダンス45 久保田 喬子	23:30-24:00 アクアダンス45 久保田 喬子					24:00-24:30 スタート (共通)															24:00-24:30 スタート (共通)	24:00-24:30 スタート (共通)	24:00-24:30 スタート (共通)	25:00-25:30 スタート (共通)
21:00		24:00-24:30 アクアダンス45 久保田 喬子						25:00-25:30 スタート (共通)	25:00-25:30 スタート (共通)																
21:30	【WEB予約38名】 24:30-25:00 アクアダンス45 久保田 喬子	24:30-25:00 アクアダンス45 久保田 喬子					25:00-25:30 スタート (共通)						26:00-26:30 スタート (共通)	26:00-26:30 スタート (共通)	26:00-26:30 スタート (共通)	27:00-27:30 スタート (共通)		24:00	24:30						
22:00		25:00-25:30 アクアダンス45 久保田 喬子											27:00-27:30 スタート (共通)	27:00-27:30 スタート (共通)											
22:30	【WEB予約38名】 25:30-26:00 アクアダンス45 久保田 喬子	25:30-26:00 アクアダンス45 久保田 喬子					26:00-26:30 スタート (共通)						28:00-28:30 スタート (共通)	28:00-28:30 スタート (共通)	28:00-28:30 スタート (共通)	29:00-29:30 スタート (共通)		25:00	25:30						
23:00		26:00-26:30 アクアダンス45 久保田 喬子											29:00-29:30 スタート (共通)	29:00-29:30 スタート (共通)											
23:30	【WEB予約38名】 26:30-27:00 アクアダンス45 久保田 喬子	26:30-27:00 アクアダンス45 久保田 喬子					27:00-27:30 スタート (共通)						30:00-30:30 スタート (共通)	30:00-30:30 スタート (共通)	30:00-30:30 スタート (共通)	31:00-31:30 スタート (共通)		26:00	26:30						
0:00		27:00-27:30 アクアダンス45 久保田 喬子											31:00-31:30 スタート (共通)	31:00-31:30 スタート (共通)											
	通常営業終了 23:30						通常営業終了 23:30						通常営業終了 23:30						0:00						



2025/12 メガロス千種



店舗情報	
■通常営業時間	月曜日～木曜日9:30～23:30 土曜日9:30～21:00 日曜・祝日9:30～20:00
■休館日	毎週金曜日、夏期、年末年始

MEGALOS Chikusa Time Line For Studio , Gym , Aqua																			
	木曜日						土曜日						日曜日						
	スタジオA	スタジオB	スタジオC	いちねん サポート	QUICK Program	プール	スタジオA	スタジオB	スタジオC	いちねん サポート	QUICK Program	プール	スタジオA	スタジオB	スタジオC	いちねん サポート	QUICK Program	プール	
9:30	通常営業開始 9:30～						通常営業開始 9:30～						通常営業開始 9:30～						9:30
10:00	【WEB予約52名】 10:15-10:45 カーディオラテン 廣間貴美子	【WEB予約21名】 10:00-10:30 やさしいバレエ30 JUNCO		10:00-10:45 アドバンス		10:00-10:30 スイムトレーニング	8:45-9:45 ミライクRUN 小学3年～中学3年	9:20-10:20 ミライクキッズ 3歳～小学1年	8:30-9:30 ミライクキッズ 3歳～小学1年				9:00-10:00 ミライクジュニア 年長～小学3年	8:45-9:45 ミライクRUN 小学3年～中学3年	9:00-10:00 ミライクジュニア 年長～小学3年	10:00-10:45 アドバンス			9:30
10:30		【有料ミニスクール】					10:20-11:20 ミライクジュニア 年長～小学3年	10:00-11:00 チアダンスジュニア 小学2年生～ ※講師の認定が必要です	【WEB予約52名】				10:05-10:35 ストレッチ30 三牧匡	10:00-11:00 ミライクキッズ 3歳～小学1年	10:00				
11:00	【WEB予約52名】 11:00-11:45 ZUMBA 廣間貴美子	10:45-11:30 バレエ入門（バーレッスン） JUNCO	【有料ミニスクール】 12:35-13:20 ストレッチ&センターレッスン JUNCO	11:00-11:45 アドバンス	肩・首ごりケア		【WEB予約52名】	11:30-12:15 ラテンバシオン 南幸恵	【WEB予約32名】 11:45-12:15 エンジョイエロ 青田直子	11:10-12:10 チアダンスキッズ 4歳～小学3年	11:00-11:30 スタート（共通）	肩・首ごりケア	10:30-11:30 ■登録制 マスターズサークル	10:30-11:15 バーニングエアロ 前田泰孝	【WEB予約20名】 10:55-11:25 VOLTBOX30 三牧匡	11:00-12:00 ミライクキッズ 3歳～小学1年	11:00-11:30 スタート（共通）	11:00	
11:30	【WEB予約52名】	【WEB予約28名】		12:00-12:45 アドバンス										11:35-12:20 バーニングステップ 前田泰孝	【WEB予約38名】	【WEB予約32名】	11:00-12:00 ミライクキッズ 3歳～小学1年	11:30	
12:00	【WEB予約52名】	11:45-12:15 バレエ～バーレッスン～ JUNCO	【有料ミニスクール】 12:35-13:20 ストレッチ&センターレッスン JUNCO	12:00-12:45 アドバンス		12:15-12:45 アクアダンス30 久保田 喬子	【WEB予約52名】	12:30-13:05 ボディメイクエアロ 南幸恵	【登録無料サークル】 12:30-13:00 サークル 山内大世	12:00-12:30 スタート（共通）	腰痛ケア		11:45-12:15 T-Crush30 清水 徳晃	11:35-12:20 バーニングステップ 前田泰孝	11:40-12:25 Group Centergy 45 山元マヤ	12:30～13:15 ベビーミライク 10ヵ月～満3歳で迎える3月末	12:00-12:45 アドバンス	腰痛ケア	12:00
12:30	12:05-12:50 アドバンスエアロ 林晃史	12:30-13:00 【映像】Group Centergy					13:00-13:30 スタート（共通）	13:30-14:00 シェイプボクシング Kana	13:15-14:00 メガダンス 遠藤 由紀子					13:35-14:20 Group Groove 45 亀井川奈央	13:30-14:00 トラディショナルヨーガ 南幸恵	12/6.13.27 ボディメイクサークル 12/20 テニスサークル	13:00-13:30 スタート（女性）	腰痛ケア	12:50-13:35 Group Power45 山元マヤ
13:00	【WEB予約52名】 13:30-14:00 シェイプボクシング Kana	【WEB予約32名】	After School	腰痛ケア		14:00-15:00 リボーンズ スミ	【WEB予約52名】	【WEB予約32名】	13:30-14:00 トラディショナルヨーガ 南幸恵	14:00-15:00 体育（幼児） 3歳～年長	14:00-14:45 アドバンス	下半身ケア		13:55-14:40 Group Fight 45 坂井恭平	14:05-14:50 姿勢改善 山崎謙介	13:30-14:30 ミライクキッズ 3歳～小学1年	14:00-14:45 アドバンス	肩・首ごりケア	14:00
13:30		【WEB予約32名】					14:15-15:00 Group Fight 45 坂井恭平	【WEB予約38名】	【WEB予約10名/女性限定】 14:35-14:55 VOLTBOXstart20 貞盛香					【WEB予約38名】	【WEB予約32名】	14:30-15:30 ミライクジュニア 年長～小学3年	14:05-14:50 姿勢改善 山崎謙介	14:30-15:30 ミライクキッズ 3歳～小学1年	14:00-14:45 アドバンス
14:00	【WEB予約52名】	15:15-15:45 トラディショナルヨーガ 南幸恵	After School	腰痛ケア		14:40-15:10 Group Centergy30 尾張部蘭志	【WEB予約52名】	15:10-15:40 VOLTBOXmaximum30 貞盛香	15:00-16:00 体育（児童） 小学1～6年生	15:00-16:00 体育（児童） 小学1～6年生	15:00-15:45 アドバンス	下半身ケア		15:00-15:45 Group Blast 45 坂井恭平	15:15-15:45 エンジョイエロ 中西真知子	14:30-15:30 ミライクキッズ 3歳～小学1年	15:00-15:45 アドバンス	腰痛ケア	15:00
14:30	14:20-15:05 ZUMBA kana	14:15-15:00 Group Fight 45 坂井恭平					15:30-16:15 ZUMBA 上間	15:30-16:15 ZUMBA 上間	15:00-16:00 体育（児童） 小学1～6年生	15:00-16:00 体育（児童） 小学1～6年生	15:00-15:45 アドバンス			15:15-15:45 エンジョイエロ 中西真知子	15:30-16:30 ミライクジュニア 年長～小学3年	15:00-15:45 アドバンス	15:30-15:50 クロール・背泳ぎ《応用》	15:30	
15:00	【WEB予約52名】	【WEB予約32名】	After School	腰痛ケア		15:30-16:15 ZUMBA 上間	16:00-17:00 空手 年長～小学3年	16:00-17:00 ミライクキッズ 3歳～小学1年	16:00-17:00 ミライクキッズ 3歳～小学1年	16:00-17:00 体育（児童S） 小学1～6年生	16:00-17:00 体育（児童S） 小学1～6年生	下半身ケア			16:05-16:45 【映像】Group Centergy	15:30-16:30 ミライクジュニア 年長～小学3年	腰痛ケア		16:00
15:30		15:15-15:45 トラディショナルヨーガ 南幸恵					16:00-17:00 空手 年長～小学3年	16:00-17:00 ミライクキッズ 3歳～小学1年	16:00-17:00 ミライクキッズ 3歳～小学1年										16:00-17:00 ミライクキッズ 3歳～小学1年
16:00	16:00-17:00 空手 年長～小学3年	16:00-17:00 ミライクキッズ 3歳～小学1年	After School	腰痛ケア		16:00-17:00 空手 年長～小学3年	16:00-17:00 空手 年長～小学3年	16:00-17:00 ミライクキッズ 3歳～小学1年	16:00-17:00 ミライクキッズ 3歳～小学1年	16:00-17:00 体育（児童S） 小学1～6年生	16:00-17:00 体育（児童S） 小学1～6年生	下半身ケア			16:05-16:45 【映像】Group Centergy	15:30-16:30 ミライクジュニア 年長～小学3年	腰痛ケア		16:30
16:30	16:00-17:00 空手 年長～小学3年	16:00-17:00 ミライクキッズ 3歳～小学1年					16:00-17:00 空手 年長～小学3年	16:00-17:00 ミライクキッズ 3歳～小学1年	16:00-17:00 ミライクキッズ 3歳～小学1年										16:00-17:00 ミライクキッズ 3歳～小学1年
17:00	17:00-18:00 空手S 小学3年～中学3年	17:00-18:00 ミライクジュニア 年長～小学3年	After School	腰痛ケア		17:00-18:00 空手S 小学3年～中学3年	17:00-18:00 空手S 小学3年～中学3年	17:00-18:00 ミライクジュニア 年長～小学3年	17:00-18:00 ミライクジュニア 年長～小学3年	17:00-18:00 スミスクール ※マスターズクラスのみ	17:00-18:00 スミスクール ※マスターズクラスのみ	下半身ケア			17:05-17:45 【映像】Group Centergy	15:30-16:30 ミライクジュニア 年長～小学3年	腰痛ケア		17:00
17:30	17:00-18:00 空手S 小学3年～中学3年	17:00-18:00 ミライクジュニア 年長～小学3年					17:00-18:00 空手S 小学3年～中学3年	17:00-18:00 ミライクジュニア 年長～小学3年	17:00-18:00 ミライクジュニア 年長～小学3年										17:00-18:00 ミライクジュニア 年長～小学3年
18:00	18:00-18:45 アドバンス	18:00-18:45 アドバンス	After School	腰痛ケア		18:00-19:30 選手クラス	18:00-19:30 選手クラス	18:00-19:30 選手クラス	18:00-19:30 選手クラス	18:00-19:30 選手クラス	18:00-19:30 選手クラス	下半身ケア			18:05-18:45 【映像】Group Centergy	15:30-16:30 ミライクジュニア 年長～小学3年	腰痛ケア		18:00
18:30	18:30-19:00 パワーヨーガ 石塚愛美	18:30-19:00 サークル 可知純之助					18:30-19:00 パワーヨーガ 石塚愛美	18:30-19:00 サークル 可知純之助	18:30-19:00 パワーヨーガ 石塚愛美										18:30-19:00 サークル 可知純之助
19:00	19:15-20:00 バーニングステップ 石塚愛美	19:30-19:50 VOLTBOX 可知純之助	After School	腰痛ケア		19:00-19:30 スタート（共通）	19:15-20:00 バーニングステップ 石塚愛美	19:30-19:50 VOLTBOX 可知純之助	19:15-20:00 バーニングステップ 石塚愛美	19:15-20:00 バーニングステップ 石塚愛美	19:30-19:50 VOLTBOX 可知純之助	下半身ケア			19:20-19:50 【映像】Group Centergy	15:30-16:30 ミライクジュニア 年長～小学3年	腰痛ケア		19:00
19:30	20:05-20:35 VOLTBOX 可知純之助	20:05-20:35 VOLTBOX 可知純之助					20:05-20:35 VOLTBOX 可知純之助	20:05-20:35 VOLTBOX 可知純之助	20:05-20:35 VOLTBOX 可知純之助										20:05-20:35 VOLTBOX 可知純之助
20:00	20:15-21:00 アドバンスエアロ 近藤幸子	20:55-21:40 【映像】Group Groove	通常営業終了 23:30	腰痛ケア		20:00-20:30 ■有料 PL（福山）	20:15-21:00 アドバンスエアロ 近藤幸子	20:55-21:40 【映像】Group Groove	20:15-21:00 アドバンスエアロ 近藤幸子	20:15-21:00 アドバンスエアロ 近藤幸子	20:55-21:40 【映像】Group Groove	下半身ケア			20:20-20:50 【映像】Group Centergy	15:30-16:30 ミライクジュニア 年長～小学3年	腰痛ケア		20:00
20:30	21:05-21:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	21:05-21:45 週替わりヨーガ 近藤幸子					21:05-21:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	21:05-21:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	21:05-21:45 週替わりヨーガ 近藤幸子										21:05-21:45 週替わりヨーガ 近藤幸子
21:00	21:15-21:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	21:15-21:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	通常営業終了 23:30	腰痛ケア		21:00-21:30 スタート（共通）	21:15-21:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	21:15-21:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	21:15-21:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	21:15-21:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	21:15-21:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	下半身ケア			21:20-21:50 【映像】Group Centergy	15:30-16:30 ミライクジュニア 年長～小学3年	腰痛ケア		21:00
21:30	21:15-21:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	21:15-21:45 週替わりヨーガ 近藤幸子					21:15-21:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	21:15-21:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	21:15-21:45 週替わりヨーガ 近藤幸子										21:15-21:45 週替わりヨーガ 近藤幸子
22:00	22:15-22:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	22:15-22:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	通常営業終了 23:30	腰痛ケア		22:00-22:30 スタート（共通）	22:15-22:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	22:15-22:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	22:15-22:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	22:15-22:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	22:15-22:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	下半身ケア			22:20-22:50 【映像】Group Centergy	15:30-16:30 ミライクジュニア 年長～小学3年	腰痛ケア		22:00
22:30	22:15-22:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	22:15-22:45 週替わりヨーガ 近藤幸子					22:15-22:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	22:15-22:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	22:15-22:45 週替わりヨーガ 近藤幸子										22:15-22:45 週替わりヨーガ 近藤幸子
23:00	23:15-23:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	23:15-23:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	通常営業終了 23:30	腰痛ケア		23:00-23:30 スタート（共通）	23:15-23:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	23:15-23:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	23:15-23:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	23:15-23:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	23:15-23:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	下半身ケア			23:20-23:50 【映像】Group Centergy	15:30-16:30 ミライクジュニア 年長～小学3年	腰痛ケア		23:00
23:30	23:15-23:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	23:15-23:45 週替わりヨーガ 近藤幸子					23:15-23:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	23:15-23:45 週替わりヨーガ 近藤幸子	23:15-23:45 週替わりヨーガ 近藤幸子										23:15-23:45 週替わりヨーガ 近藤幸子
0:00	通常営業終了 23:30						通常営業終了 23:30						通常営業終了 23:30						0:00