



2025年8月17日(日)~8月23日(土)まで



店舗情報	
■通常営業時間	(月-木)9:00-23:00
	(土)9:00-21:00
	(日)9:00-20:00
■休館日	金曜日

MEGALOS CHOFU Time Line For Studio , Gym , Aqua

	8月18日(月)			8月19日(火)			8月20日(水)			8月21日(木)			8月23日(土)			8月27日(日)			
	スタジオA	スタジオB	Quick Program	スタジオA	スタジオB	Quick Program	スタジオA	スタジオB	Quick Program	スタジオA	スタジオB	Quick Program	スタジオA	スタジオB	Quick Program	スタジオA	スタジオB	Quick Program	
9:00	営業開始 9:00			営業開始 9:00			営業開始 9:00			営業開始 9:00			営業開始 9:00			営業開始 9:00			9:00
9:30	【無料登録】	■定員制58名					■映像32名	■定員制58名		有料	9:15-9:45 【発表会】スタジオレンタル枠		9:00-10:00 メガロスミライク	9:00-10:00 メガロスミライク		9:15-9:45 【発表会】スタジオレンタル枠			9:30
10:00	9:40-10:10 サークル・ウォーキング 谷口悦子	9:40-10:10 ZUMBA(30分クラス) 工藤昌也		■定員制43名	■定員制58名		9:30-10:15 【映像】 Group Century45	9:35-10:05 ラテンエクササイズコンサルサ® TOMOKO		■定員制43名			10:05-10:50 太極拳45 田中由紀	10:10-10:40 ZUMBA(30分クラス) 小山江里子		10:00-10:30 トラディショナルヨーガ 盛岡尚美	■定員制43名		10:00
10:30	有料■定員制12名	■定員制58名		9:55-10:40 バーニングエアロ45 松原由香	10:00-10:40 エンジョイED740 ARI			■定員制58名			10:20-11:05 ZUMBA (45分クラス) TOMOKO		10:10-11:45 大人のバレエスクール	10:15-10:45 エアロマスター 小林亜紀恵		10:45-11:15 やさしいピラティス 盛岡尚美	■定員制58名		10:30
11:00	10:35-11:35 REBORN'S SCHOOL リボーンズスクール 谷口悦子	10:25-10:55 エンジョイED7 工藤昌也	10:45-10:55 【映像】黒田祐	■定員制43名	■定員制40名	10:45-10:55 かんたんヨガ		■定員制58名		■定員制43名	11:00-11:30 ZUMBA(30分クラス) 小山江里子		10:15-11:45 大人のバレエスクール	11:00-11:45 ZUMBA45 小林亜紀恵		10:45-11:15 やさしいピラティス 盛岡尚美	10:40-11:25 ZUMBA(45分クラス) 佐々木純子		11:00
11:30		■定員制58名	ウェープリング	11:00-11:45 ビューティーワーク45 松本真実	■定員制58名		11:20-12:20 REBORN'S SCHOOL リボーンズスクール 山川麻衣	11:20-12:05 エンジョイステップ 秋山美由紀	ウェープリング	■定員制43名	11:05-11:35 Group Fight30 土屋勇典		10:45-11:55 かんたんヨガ	11:00-11:45 ZUMBA45 小林亜紀恵		11:40-12:10 ラテンエクササイズ® 佐々木純子	■定員制43名		11:30
12:00	■定員32名	■定員制58名								■定員制43名	11:50-12:30 エンジョイED740 小山貴史		■定員制30名	■定員制58名					12:00
12:30	12:00-12:30 歌ってmove 谷口悦子	11:55-12:25 トラディショナルヨーガ 金子知弘		■映像32名	■定員制58名		12:30-13:00 【映像】 Group Groove30	12:30-13:10 やさしいピラティス40 白山真由美	ストレッチャボール	12:45-13:45 REBORN'S SCHOOL リボーンズスクール 木地谷大河	12:45-12:30 トラディショナルヨーガ45 熊谷ゆかり		■映像20名	■定員制58名		12:30-13:15 【映像】 Group Blast45	12:25-13:25 ZUMBA60 佐々木純子&TOMOKO		12:30
13:00	■定員制43名	■定員制58名	ストレッチャボール	12:40-13:10 5&5エアロ 金子知弘	12:25-13:10 健康操45 志田由織	12:45-12:55 音・ダンス	13:15-13:45 【映像】 Group Power30	13:30-14:00 カンパル体操 谷口悦子		13:25-14:25 【有料】ジャズダンス 東原紀美	13:30-14:00 トラディショナルヨーガ 藤美晴子		■映像32名	■定員制13名	13:15-13:25 黒田祐				13:00
13:30	12:50-13:20 フラダンス 西山佳代	■定員制58名		■映像15名	■定員制40名		13:35-14:05 【映像】 Group Blast30	13:40-14:30 太極拳【入門24式】 増岡美奈江		13:25-14:25 【有料】ジャズダンス 東原紀美	13:30-14:00 トラディショナルヨーガ 藤美晴子		■映像32名	■定員制13名		13:45-14:15 テーマパークダンス わがば			13:30
14:00	■映像20名	13:25-13:55 ボディ・フロー 木澤豊	13:45-13:55 音・ダンス	■定員制43名	■定員制58名		14:00-14:30 太極拳【入門24式】 増岡美奈江	14:25-15:10 リトヒス 岩田由織	ストレッチャボール	14:40-16:10 太極拳スクール 松島駒樹	14:10-14:40 Infinity flow 佐藤大希		■定員制43名	14:50-15:20 やすらぎヨーガ30 松尾洋一郎		14:30-16:00 【発表会】 テーマパークダンススクール わがば	15:15-15:45 サークル 森田浩子/ランニング 飯沼浩子/ボディメイク 向原大河		14:00
14:30	■映像32名	■定員制58名		14:10-14:40 やさしいジャズダンス 木澤豊	■定員制58名		14:10-14:40 やさしいジャズダンス 木澤豊	14:25-15:10 リトヒス 岩田由織		14:40-16:10 太極拳スクール 松島駒樹	14:10-14:40 Infinity flow 佐藤大希		■定員制43名	14:50-15:20 やすらぎヨーガ30 松尾洋一郎		14:30-16:00 【発表会】 テーマパークダンススクール わがば	15:15-15:45 サークル 森田浩子/ランニング 飯沼浩子/ボディメイク 向原大河		14:30
15:00	■映像32名	14:50-15:50 【有料】ジャズダンス 木澤豊 ※発表会の内容となります。		14:40-15:40 【有料】太極拳 増岡美奈江						14:40-16:10 太極拳スクール 松島駒樹	14:10-14:40 Infinity flow 佐藤大希		■定員制43名	14:50-15:20 やすらぎヨーガ30 松尾洋一郎		14:30-16:00 【発表会】 テーマパークダンススクール わがば	15:15-15:45 サークル 森田浩子/ランニング 飯沼浩子/ボディメイク 向原大河		15:00
15:30	有料■定員制12名	15:50-16:20 【発表会】ジャズダンス 木澤豊			15:30-16:00 【発表会】スタジオレンタル枠								■定員制43名	15:25-16:10 Group Power45 桜井征雄		15:30-16:00 【発表会】 テーマパークダンススクール わがば	15:15-15:45 サークル 森田浩子/ランニング 飯沼浩子/ボディメイク 向原大河		15:30
16:00													■定員制27名	16:30-17:00 Group Blast45 山川麻衣		16:05-16:50 Group Blast45 山川麻衣			16:00
16:30	15:50-17:20 大人のバレエスクール 伊藤サキ												■定員制27名	16:30-17:00 Group Blast45 山川麻衣		16:05-16:50 Group Blast45 山川麻衣			16:30
17:00		16:30-17:30 キッズチアダンス		16:30-17:30 キッズストリートダンス	16:30-17:30 メガロスミライク		16:30-17:30 キッズストリートダンス	16:30-17:30 メガロスミライク		16:30-17:30 キッズストリートダンス	16:30-17:30 メガロスミライク		16:30-17:30 キッズバレエ	16:30-17:30 メガロスミライク		16:30-17:30 キッズチアダンス	■定員制58名		17:00
17:30	有料												17:10-18:10 【有料】バレエ 伊藤サキ	17:30-18:30 ジュニアバレエ		17:05-17:50 Group Fight45 木地谷大河			17:30
18:00	17:40-19:10 【発表会】 バレエスクール 伊藤サキ			17:30-18:30 ジュニアストリートダンス	17:30-18:30 ミライクRUN		17:30-18:30 ジュニアストリートダンス	17:30-18:30 ジュニアストリートダンス		17:30-18:30 ジュニアストリートダンス	17:45-18:15 【発表会】スタジオレンタル枠		17:30-18:30 ジュニアバレエ	17:30-18:30 ジュニアストリートダンス		17:05-17:50 Group Fight45 木地谷大河			18:00
18:30																			18:30
19:00										■定員制43名									19:00
19:30	【無料登録】	■定員制30名		5.26日 19:00-20:00 【有料】ラテン TOMOKO ※19日【映像】 Group Groove30			19:30-20:00 【映像】 Group Power30	19:20-20:00 TOBIPPA30 桜井征雄	コンディショニングボール	■定員制43名	19:15-19:45 VOLTBOX30 佐藤大希		18:45-20:15 【発表会】 バレエスクール 伊藤サキ	18:45-20:15 【発表会】 バレエスクール 伊藤サキ					19:30
20:00				19:45-20:15 5.18日Infinity flow 佐藤大希 26日GroupBlast30 山川麻衣	■定員制58名/40名	ストレッチャボール	19:45-20:15 5.18日Infinity flow 佐藤大希 26日GroupBlast30 山川麻衣	19:45-20:15 5.18日Infinity flow 佐藤大希 26日GroupBlast30 山川麻衣		■映像15名	■定員制30名		19:00-19:45 フリースタイル45 芝	19:15-19:45 VOLTBOX30 佐藤大希	ウェープリング	19:45-19:55 かんたんヨガ			20:00
20:30	■定員制43名	■定員制58名		■定員制43名	■定員制35名		20:20-21:00 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎	20:15-21:00 Group Power45 土屋勇典	コンディショニングボール	■定員制43名	20:05-20:35 サークル・ウォーキング 桜井征雄		20:05-20:35 サークル・ウォーキング 桜井征雄	20:15-20:45 エンジョイED730 榎本富志広	ストレッチャボール	20:45-20:55 かんたんヨガ			20:30
21:00	■定員制43名	■定員制40名		21:05-21:50 Group Blast45 中澤穂乃香	■定員制58名		21:05-21:50 Group Blast45 中澤穂乃香	21:05-21:50 Group Blast45 中澤穂乃香		■映像32名	■定員制58名		21:05-21:50 Group Blast45 中澤穂乃香	21:05-21:50 Group Blast45 中澤穂乃香		21:05-21:50 Group Blast45 中澤穂乃香	■定員制58名		21:00
21:30	21:10-21:40 エンジョイED730 姫野貴里	21:05-21:50 Group Blast45 中澤穂乃香								■映像32名	■定員制58名		21:05-21:50 Group Blast45 中澤穂乃香	21:05-21:50 Group Blast45 中澤穂乃香		21:05-21:50 Group Blast45 中澤穂乃香	■定員制58名		21:30
22:00													21:45-22:15 【発表会】スタジオレンタル枠	21:45-22:15 【発表会】スタジオレンタル枠					22:00
22:30																			22:30
23:00	マシニング・プール利用時間は22:50まで 施設閉館時間 23:00 (24時間会員様含め23:00完全チェックアウト)			マシニング・プール利用時間は22:50まで 施設閉館時間 23:00 (24時間会員様含め23:00完全チェックアウト)			マシニング・プール利用時間は22:50まで 施設閉館時間 23:00 (24時間会員様含め23:00完全チェックアウト)			マシニング・プール利用時間は22:50まで 施設閉館時間 23:00 (24時間会員様含め23:00完全チェックアウト)			マシニング・プール利用時間は22:50まで 施設閉館時間 23:00 (24時間会員様含め23:00完全チェックアウト)			マシニング・プール利用時間は22:50まで 施設閉館時間 23:00 (24時間会員様含め23:00完全チェックアウト)			23:00

ビギナークラス：ご入会から12ヶ月以内の方限定のクラスとなります。

ブルールーム利用時間は 19：50 まで
(24時間会員様はマシン室を20時までに利用いただけます)

Quick Programについて

実施場所：2階マシン室内サーキットエリア
参加受付：レッスン開始5分前より
●サーキットトレーニングが以外→サーキットを」に含めて教えて、使用ツールをご準備ください。
●サーキットトレーニング⇒【要予約】台帳に名前を記載頂き、好きな赤いマシンに座りお待ちください。
定 員：5名（サーキットトレーニング11名）※先着順
備 考：祝日の場合は休講となります。
※開始5分前から終了5分後はサーキットエリアを
レッスンにて使用させていただきますので、ご利用出来ませんので予めご了承ください。
※開始時間に参加者（マッスを数えている方）がいない場合は休講となります。

ピギナークラスについて

ご参加いただけるスタジオレッスンです。
初心者の方でもお気軽に参加できるレッスンとなっております。
※ 青い表示のレッスンはピギナークラスです。
※ 黒い表示は変更になる場合もございます。
予めご了承ください。

ピギナークラスについて

ご参加いただけるスタジオレッスンです。
初心者の方でもお気軽に参加できるレッスンとなっております。
※ 青い表示のレッスンはピギナークラスです。
※ 黒い表示は変更になる場合もございます。
予めご了承ください。