



【暫定版】8/7更新

2025/9メガロス調布



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

時間	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			土曜日			日曜日			
	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																		
9:30	【無料登録制】 9:40-10:10 サークルウォーキング 谷口悦子	■定員制58名 9:40-10:10 ZUMBA(30分クラス) 工藤哲也		■定員制43名 9:55-10:40 バーニングエアロ45 松原由香	■定員制58名 10:00-10:40 エンジョイエアロ40 ARI		■映像32名 9:30-10:15 【映像】 Group Centergy45	■定員制58名 9:35-10:05 ラテンエクササイズコンサルサ® TOMOKO		有料 9:25-9:55 【有料】太極拳 田中由紀		■定員制43名	■定員制58名 9:00-10:00 メガロスミライク	■定員制58名 9:00-10:00 メガロスミライク		■定員制43名 10:00-10:30 トラディショナルヨーガ 盛岡尚美	■定員制58名 9:00-10:00 メガロスミライク		
10:00		■定員制58名 10:25-10:55 エンジョイエアロ 工藤哲也		■定員制43名 10:55-11:25 エンジョイステップ 松原由香	■定員制40名 10:45-10:55 かんたんヨガ		【無料登録制】 10:30-11:00 サークル健康 山川麻衣	■定員制58名 10:20-11:05 ZUMBA (45分クラス) TOMOKO		■定員制43名 10:05-10:50 太極拳45 田中由紀		■定員制58名 10:10-10:40 ZUMBA(30分クラス) 小山江里子	有料	■定員制58名 10:15-10:45 エアロマスター 小林亜紀恵		■定員制43名 10:45-11:15 やさしいピラティス 盛岡尚美	■定員制58名 10:40-11:25 ZUMBA(45分クラス) 佐々木純子		
10:30	有料 ■定員制12名 10:35-11:35 REBORNS SCHOOL リボーンズスクール 谷口悦子	■定員制58名 11:10-11:40 シェイヨーガ 金子知弘		■定員制43名 11:00-11:45 ビューティーウォーク45 松本真実	■定員制40名 11:40-12:10 ウォーガリズム 松井千明		■定員制12名 11:20-12:20 REBORNS SCHOOL リボーンズスクール 山川麻衣	■定員制40名 11:20-12:05 エンジョイステップ 秋山由紀		■定員制43名 11:05-11:35 Group Fight30 土屋勇毅		■定員制58名 11:00-11:30 ZUMBA(30分クラス) 小山江里子	有料 10:15-11:45 大人のバレエスクール 前田薫	■定員制58名 11:00-11:45 ZUMBA(45分クラス) 小林亜紀恵		■定員制43名 11:40-12:10 ラテンエクササイズ® 佐々木純子	■定員制58名 10:40-11:25 ZUMBA(45分クラス) 佐々木純子		
11:00		■定員制58名 11:45-11:55 胸〜アゴまで ウェープリング		■定員制43名 12:15-13:00 【映像】 Group Groove45	■定員制40名 11:45-11:55 かんたんヨガ		■定員制12名 11:20-12:20 REBORNS SCHOOL リボーンズスクール 山川麻衣	■定員制40名 11:20-12:05 エンジョイステップ 秋山由紀		■定員制43名 11:45-12:30 トラディショナルヨーガ45 熊谷ゆかり		■定員制58名 11:45-12:30 トラディショナルヨーガ45 熊谷ゆかり	有料 10:15-11:45 大人のバレエスクール 前田薫	■定員制58名 12:00-12:30 しなやかバレエストレッチ30 前田薫	■定員制58名 12:00-12:30 エンジョイエアロ 相田恵美子		■定員制43名 11:40-12:10 ラテンエクササイズ® 佐々木純子	■定員制58名 11:45-12:45 メガロスミライク	
11:30	■定員制32名 12:00-12:30 歌ってmove 谷口悦子	■定員制58名 12:40-13:10 60分エアロ 金子知弘		■定員制43名 13:15-13:45 【映像】 Group Power30	■定員制40名 13:25-13:55 ダンス体験 谷口悦子		■定員制43名 12:45-13:15 ジャズダンスNEXT30 栗原妃美	■定員制58名 13:30-14:00 トラディショナルヨーガ 瀧美晴子		■定員制43名 12:45-13:45 REBORNS SCHOOL リボーンズスクール 木地谷大河		■定員制58名 12:45-13:15 4.18:シェイヨーガ 11.25:ピラティス 熊谷ゆかり	■定員制58名 12:45-13:30 リトス Sae	■定員制58名 12:45-13:30 リトス Sae		■定員制43名 13:45-14:15 テーマパークダンス わかば	■定員制58名 12:45-13:45 メガロスミライク		
12:00		■定員制58名 13:25-13:55 ボディプロ 木澤豊		■定員制43名 14:00-14:30 太極拳【入門24式】 増岡美奈江	■定員制40名 14:00-14:30 太極拳【入門24式】 増岡美奈江		■定員制43名 13:25-14:25 【有料】ジャズダンス 栗原妃美	■定員制58名 14:20-15:00 ヒーリングダンス〜ガ40 瀧美晴子		■定員制43名 14:10-14:40 Infinity flow 佐藤大樹		■定員制58名 14:25-14:55 背骨コンディショニング 石原康恵	■定員制58名 13:45-14:30 【映像】 Group Blast45	■定員制58名 13:55-14:25 VOLT BOX30 桜井征雄	■定員制58名 14:40-15:00 【*1】VOLT BOX20 桜井征雄		■定員制43名 15:10-15:55 サークル 奇麗なコンディショニング 熊谷ゆかり 向藤大河	■定員制58名 13:45-14:45 ミライクRUN	
12:30		■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43名 14:25-15:10 リトス 若田由緒	■定員制40名 14:25-15:10 リトス 若田由緒		■定員制43名 14:40-16:10 太極拳スクール 松島駒樹	■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク		■定員制58名 14:55-16:10 【有料】バレエ 高井泉介		■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク	■定員制58名 14:50-15:20 やさしいピラティス 松尾洋一郎	■定員制58名 15:25-16:10 Group Power45 桜井征雄	■定員制58名 15:35-16:15 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎		■定員制43名 16:05-16:50 Group Blast45 山川麻衣	■定員制58名 16:30-17:30 メガロスミライク	
13:00		■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43名 14:25-15:10 リトス 若田由緒	■定員制40名 14:25-15:10 リトス 若田由緒		■定員制43名 14:40-16:10 太極拳スクール 松島駒樹	■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク		■定員制58名 14:55-16:10 【有料】バレエ 高井泉介		■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク	■定員制58名 14:50-15:20 やさしいピラティス 松尾洋一郎	■定員制58名 15:25-16:10 Group Power45 桜井征雄	■定員制58名 15:35-16:15 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎		■定員制43名 16:05-16:50 Group Blast45 山川麻衣	■定員制58名 16:30-17:30 メガロスミライク	
13:30		■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43名 14:25-15:10 リトス 若田由緒	■定員制40名 14:25-15:10 リトス 若田由緒		■定員制43名 14:40-16:10 太極拳スクール 松島駒樹	■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク		■定員制58名 14:55-16:10 【有料】バレエ 高井泉介		■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク	■定員制58名 14:50-15:20 やさしいピラティス 松尾洋一郎	■定員制58名 15:25-16:10 Group Power45 桜井征雄	■定員制58名 15:35-16:15 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎		■定員制43名 16:05-16:50 Group Blast45 山川麻衣	■定員制58名 16:30-17:30 メガロスミライク	
14:00		■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43名 14:25-15:10 リトス 若田由緒	■定員制40名 14:25-15:10 リトス 若田由緒		■定員制43名 14:40-16:10 太極拳スクール 松島駒樹	■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク		■定員制58名 14:55-16:10 【有料】バレエ 高井泉介		■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク	■定員制58名 14:50-15:20 やさしいピラティス 松尾洋一郎	■定員制58名 15:25-16:10 Group Power45 桜井征雄	■定員制58名 15:35-16:15 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎		■定員制43名 16:05-16:50 Group Blast45 山川麻衣	■定員制58名 16:30-17:30 メガロスミライク	
14:30		■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43名 14:25-15:10 リトス 若田由緒	■定員制40名 14:25-15:10 リトス 若田由緒		■定員制43名 14:40-16:10 太極拳スクール 松島駒樹	■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク		■定員制58名 14:55-16:10 【有料】バレエ 高井泉介		■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク	■定員制58名 14:50-15:20 やさしいピラティス 松尾洋一郎	■定員制58名 15:25-16:10 Group Power45 桜井征雄	■定員制58名 15:35-16:15 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎		■定員制43名 16:05-16:50 Group Blast45 山川麻衣	■定員制58名 16:30-17:30 メガロスミライク	
15:00		■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43名 14:25-15:10 リトス 若田由緒	■定員制40名 14:25-15:10 リトス 若田由緒		■定員制43名 14:40-16:10 太極拳スクール 松島駒樹	■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク		■定員制58名 14:55-16:10 【有料】バレエ 高井泉介		■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク	■定員制58名 14:50-15:20 やさしいピラティス 松尾洋一郎	■定員制58名 15:25-16:10 Group Power45 桜井征雄	■定員制58名 15:35-16:15 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎		■定員制43名 16:05-16:50 Group Blast45 山川麻衣	■定員制58名 16:30-17:30 メガロスミライク	
15:30		■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43名 14:25-15:10 リトス 若田由緒	■定員制40名 14:25-15:10 リトス 若田由緒		■定員制43名 14:40-16:10 太極拳スクール 松島駒樹	■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク		■定員制58名 14:55-16:10 【有料】バレエ 高井泉介		■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク	■定員制58名 14:50-15:20 やさしいピラティス 松尾洋一郎	■定員制58名 15:25-16:10 Group Power45 桜井征雄	■定員制58名 15:35-16:15 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎		■定員制43名 16:05-16:50 Group Blast45 山川麻衣	■定員制58名 16:30-17:30 メガロスミライク	
16:00		■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43名 14:25-15:10 リトス 若田由緒	■定員制40名 14:25-15:10 リトス 若田由緒		■定員制43名 14:40-16:10 太極拳スクール 松島駒樹	■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク		■定員制58名 14:55-16:10 【有料】バレエ 高井泉介		■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク	■定員制58名 14:50-15:20 やさしいピラティス 松尾洋一郎	■定員制58名 15:25-16:10 Group Power45 桜井征雄	■定員制58名 15:35-16:15 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎		■定員制43名 16:05-16:50 Group Blast45 山川麻衣	■定員制58名 16:30-17:30 メガロスミライク	
16:30		■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43名 14:25-15:10 リトス 若田由緒	■定員制40名 14:25-15:10 リトス 若田由緒		■定員制43名 14:40-16:10 太極拳スクール 松島駒樹	■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク		■定員制58名 14:55-16:10 【有料】バレエ 高井泉介		■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク	■定員制58名 14:50-15:20 やさしいピラティス 松尾洋一郎	■定員制58名 15:25-16:10 Group Power45 桜井征雄	■定員制58名 15:35-16:15 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎		■定員制43名 16:05-16:50 Group Blast45 山川麻衣	■定員制58名 16:30-17:30 メガロスミライク	
17:00		■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43名 14:25-15:10 リトス 若田由緒	■定員制40名 14:25-15:10 リトス 若田由緒		■定員制43名 14:40-16:10 太極拳スクール 松島駒樹	■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク		■定員制58名 14:55-16:10 【有料】バレエ 高井泉介		■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク	■定員制58名 14:50-15:20 やさしいピラティス 松尾洋一郎	■定員制58名 15:25-16:10 Group Power45 桜井征雄	■定員制58名 15:35-16:15 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎		■定員制43名 16:05-16:50 Group Blast45 山川麻衣	■定員制58名 16:30-17:30 メガロスミライク	
17:30		■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43名 14:25-15:10 リトス 若田由緒	■定員制40名 14:25-15:10 リトス 若田由緒		■定員制43名 14:40-16:10 太極拳スクール 松島駒樹	■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク		■定員制58名 14:55-16:10 【有料】バレエ 高井泉介		■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク	■定員制58名 14:50-15:20 やさしいピラティス 松尾洋一郎	■定員制58名 15:25-16:10 Group Power45 桜井征雄	■定員制58名 15:35-16:15 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎		■定員制43名 16:05-16:50 Group Blast45 山川麻衣	■定員制58名 16:30-17:30 メガロスミライク	
18:00		■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43名 14:25-15:10 リトス 若田由緒	■定員制40名 14:25-15:10 リトス 若田由緒		■定員制43名 14:40-16:10 太極拳スクール 松島駒樹	■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク		■定員制58名 14:55-16:10 【有料】バレエ 高井泉介		■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク	■定員制58名 14:50-15:20 やさしいピラティス 松尾洋一郎	■定員制58名 15:25-16:10 Group Power45 桜井征雄	■定員制58名 15:35-16:15 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎		■定員制43名 16:05-16:50 Group Blast45 山川麻衣	■定員制58名 16:30-17:30 メガロスミライク	
18:30		■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43名 14:25-15:10 リトス 若田由緒	■定員制40名 14:25-15:10 リトス 若田由緒		■定員制43名 14:40-16:10 太極拳スクール 松島駒樹	■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク		■定員制58名 14:55-16:10 【有料】バレエ 高井泉介		■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク	■定員制58名 14:50-15:20 やさしいピラティス 松尾洋一郎	■定員制58名 15:25-16:10 Group Power45 桜井征雄	■定員制58名 15:35-16:15 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎		■定員制43名 16:05-16:50 Group Blast45 山川麻衣	■定員制58名 16:30-17:30 メガロスミライク	
19:00		■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43名 14:25-15:10 リトス 若田由緒	■定員制40名 14:25-15:10 リトス 若田由緒		■定員制43名 14:40-16:10 太極拳スクール 松島駒樹	■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク		■定員制58名 14:55-16:10 【有料】バレエ 高井泉介		■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク	■定員制58名 14:50-15:20 やさしいピラティス 松尾洋一郎	■定員制58名 15:25-16:10 Group Power45 桜井征雄	■定員制58名 15:35-16:15 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎		■定員制43名 16:05-16:50 Group Blast45 山川麻衣	■定員制58名 16:30-17:30 メガロスミライク	
19:30	【無料登録制】 19:30-20:00 サークルボディメイク 中澤穂乃香	■定員制30名 19:30-20:00 TOBIPPA30 姫野真里		■定員制43名 20:20-20:50 ZUMBA(30分クラス) TOMOKO	■定員制13名 20:40-21:00 【*1】VOLT BOX20 松尾洋一郎		■定員制15名 19:30-20:00 【映像】 Group Power30	■定員制30名 19:30-20:00 TOBIPPA30 桜井征雄		■定員制43名 20:05-20:35 サークルウォーキング 桜井征雄		■定員制58名 20:15-20:45 エンジョイエアロ30 笹木富志広	■定員制43名 19:00-19:45 プリースタイル45 芝	■定員制13名 19:15-19:45 VOLTBOX30 松尾洋一郎	■定員制58名 20:05-20:35 サークルウォーキング 桜井征雄		■定員制43名 19:30-20:00 TOBIPPA30 中澤穂乃香	■定員制30名 19:30-20:00 TOBIPPA30 姫野真里	
20:00		■定員制58名 20:20-20:50 ZUMBA(30分クラス) 中澤穂乃香		■定員制43名 21:05-21:50 Group Blast45 中澤穂乃香	■定員制13名 21:10-21:30 VOLT BOX20 松尾洋一郎		■定員制43名 20:20-20:50 ZUMBA(30分クラス) TOMOKO	■定員制35名 20:05-20:35 サークルウォーキング 桜井征雄		■定員制58名 20:15-20:45 エンジョイエアロ30 笹木富志広		■定員制58名 20:50-21:35 【映像】 Group Fight45	■定員制13名 20:45-19:55 胸〜アゴまで ウェープリング	■定員制58名 20:15-20:45 エンジョイエアロ30 笹木富志広	■定員制58名 20:05-20:35 サークルウォーキング 桜井征雄		■定員制43名 19:30-20:00 TOBIPPA30 中澤穂乃香	■定員制30名 19:30-20:00 TOBIPPA30 姫野真里	
20:30		■定員制58名 20:20-20:50 ZUMBA(30分クラス) 中澤穂乃香		■定員制43名 21:05-21:50 Group Blast45 中澤穂乃香	■定員制13名 21:10-21:30 VOLT BOX20 松尾洋一郎		■定員制43名 20:20-20:50 ZUMBA(30分クラス) TOMOKO	■定員制35名 20:05-20:35 サークルウォーキング 桜井征雄		■定員制58名 20:15-20:45 エンジョイエアロ30 笹木富志広		■定員制58名 20:50-21:35 【映像】 Group Fight45	■定員制13名 20:45-19:55 胸〜アゴまで ウェープリング	■定員制58名 20:15-20:45 エンジョイエアロ30 笹木富志広	■定員制58名 20:05-20:35 サークルウォーキング 桜井征雄		■定員制43名 19:30-20:00 TOBIPPA30 中澤穂乃香	■定員制30名 19:30-20:00 TOBIPPA30 姫野真里	
21:00		■定員制58名 20:20-20:50 ZUMBA(30分クラス) 中澤穂乃香		■定員制43															