



【暫定版】9/1更新

2025/10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

	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			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	【無料登録制】	■定員制58名					■定員制32名	■定員制58名		有料			9:00-10:00 メガロスミライク	9:00-10:00 メガロスミライク		■定員制43名	9:00-10:00 メガロスミライク		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) 工藤哲也		■定員制43名	■定員制58名		9:30-10:15 【映像】 GroupCentergy45	9:35-10:05 ラテンエクササイズコンサルサ® TOMOKO		9:25-9:55 【有料】太極拳 田中由紀			10:15-10:45 エアロマスター 小林亜紀恵	10:15-11:45 大人のバレエスクール		■定員制43名	10:00-10:30 トラディショナルヨーガ 盛園尚美		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 エンジョイエアロ40 ARI		新設■定員制43名	■定員制58名		10:05-10:50 太極拳45 田中由紀			10:15-11:45 大人のバレエスクール	■定員制58名		■定員制43名	■定員制58名		10:30
11:00	10:35-11:35 REBORNS SCHOOL リボーンズスクール 谷口悦子	10:25-10:55 エンジョイエアロ 工藤哲也	10:45-10:55 【映像】藤田麻	■定員制43名	■定員制40名	10:45-10:55 かんたんヨーガ	10:30-11:00 タンベル体操 金子英史	10:20-11:05 ZUMBA (45分クラス) TOMOKO		■定員制43名	■定員制58名		11:00-11:35 Group Fight30 小山江里子	■定員制58名		10:45-11:15 やさしいピラティス 盛園尚美	10:40-11:25 ZUMBA(45分クラス) 佐々木純子		11:00
11:30		■定員制58名		11:00-11:45 ビューティーウォーク45 松本真実	■定員制58名		■定員制12名	■定員制40名		■定員制43名	■定員制58名		11:05-11:35 Group Fight30 土屋勇毅	■定員制58名		■定員制43名			11:30
12:00	■定員32名	■定員制58名	11:45-11:55 胸〜デコルテ		11:40-12:10 ウォーカリズム 松井千明	ストレッチボール	11:20-12:20 REBORNS 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		■定員制43名	■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	■定員制58名		11:40-12:10 ランエクササイズ® 佐々木純子			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		曜日、時間変更【無料登録制】	■定員制58名			■定員制58名		12:30-13:10 やさしいピラティス40 白山由美	ストレッチボール		12:45-13:15 グループ Fight45 土屋勇毅	■定員制58名		12:25-13:10 【有料】ラテン 佐々木純子	11:45-12:45 メガロスミライク		12:30
13:00	■定員制43名	■定員制58名	ストレッチボール	12:25-12:55 サークル・健康 谷口悦子	12:25-13:10 健美操45 志田香織	コンディショニングボール	■定員制43名	12:30-13:10 トラディショナルヨーガ 瀧美晴子		12:45-13:45 REBORNS SCHOOL リボーンズスクール 木地谷大河			12:45-13:30 グループ Fight45 土屋勇毅	■定員制58名		■定員制43名	12:45-13:45 メガロスミライク	ストレッチボール	13:00
13:30	■映像20名	■定員制58名		13:15-13:45 ダンベル体操 谷口悦子	新設■定員制13名		13:25-14:25 【有料】ジャズダンス 栗原妃美	13:30-14:00 トラディショナルヨーガ 瀧美晴子		13:35-14:05 フラダンス 西山佳代			13:45-14:30 グループ Power45 土屋勇毅	■定員制58名		■定員制43名	13:45-14:15 テーマパークダンス わかば		13:30
14:00	13:35-14:05 【映像】 Group Blast30	■定員制58名	13:45-13:55 足元〜膝 藤田麻	■定員制43名	13:55-14:10 VOLT BOX15 佐藤大希	13:45-13:55 足元〜膝 藤田麻	14:00-14:30 太極拳【入門24式】 増岡美奈江	14:25-14:55 Infinity flow 佐藤大希		14:10-14:40 女性限定■定員43名	■定員制58名		14:35-14:30 グループ Centergy45	■定員制58名		■定員制43名	13:45		