



【暫定版】1/1更新

2026/2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】 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		■定員制43名 9:30-10:15 ウォーカリズム 松井千明	■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58名 10:10-10:40 ZUMBA(30分クラス) 小山江里子		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 10:00-10:30 トラディショナルヨーガ 盛岡尚美	9:00-10:00 メガロスミライク		9:30
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 10:15-10:45 エアロマスター 小林亜紀恵		10:00-10:30 トラディショナルヨーガ 盛岡尚美		■定員制58名 10:45-11:15 やさいビブリス 盛岡尚美		■定員制43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	10:45-10:55 【映像】黒澤明	■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 10:55-11:25 エンジョイステップ 松原由香	10:45-10:55 カンたんヨーガ	■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 秋山美由紀		■定員制43名 11:05-11:35 Group Fight30 土屋勇毅	■定員制58名 11:45-12:30 トラディショナルヨーガ45 鹿谷ゆかり	10:15-10:35 【映像】黒澤明	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	10:45-10:55 肩〜腰ア	■定員制43名 11:40-12:10 ラテンエクササイズ® 佐々木純子		10:30	
11:00	■定員32名 12:00-12:30 歌ってmove 谷口悦子	■定員制58名 11:55-12:25 トラディショナルヨーガ 金子知弘	11:45-11:55 肩〜デコルテ	時間変更 ■映像15名 12:10-12:55 【映像】 Group Power45	■定員制58名 12:25-13:10 健美操45 志田香織	11:45-11:55 膝〜肩ア	■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		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 15:29: シェイヨーガ 8:22: パワーヨーガ 鹿谷ゆかり	12:45-12:55 肩〜腰ア	■映像32名 13:45-14:30 【映像】 Group Centergy45	■定員制30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	14:21日 12:25-13:10 【有料】ラン 佐々木純子 ※7.28日【映像】 Group Groove45	■定員制43名 13:15-13:45 中澤穂乃香		11:00
11:30		■定員制58名 13:25-13:55 ボディフロー 木澤豊	12:45-12:55 膝〜肩ア	■定員制43名 13:15-13:45 ダンベル体操 谷口悦子	■定員制58名 13:55-14:10 VOLT BOX15 佐藤大将	12:45-12:55 肩〜腰ア		■定員制43名 14:40-15:40 【有料】太極拳 増岡美奈江	■定員制58名 14:20-15:00 ヒーリングエアロヨーガ40 瀧美晴子			■定員制58名 14:10-14:40 Infinity flow 佐藤大将		■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 15:00-15:20 【映像】VOLT BOX20 桜井征雄	■定員制35名 13:55-14:40 Group Power45 土屋勇毅	■定員制43名 14:30-15:15 【映像】 Group Goove45	■定員制40名 14:45-15:00 TOBIPPA15 中澤穂乃香	■定員制43名 15:15-16:00 Group Blast45 中澤穂乃香
12:00	■定員制43名 12:50-13:20 フラダンス 西山佳代	■定員制58名 13:25-13:55 ボディフロー 木澤豊	12:45-12:55 膝〜肩ア	■定員制43名 14:00-14:30 太極拳【入門24式】 増岡美奈江	■定員制58名 14:30-15:15 リヒモ 岩田香織	14:45-14:55 膝〜肩ア	14:40-16:10 太極拳スクール 松島勇樹	■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク		14:55-16:10 【有料】バレエ 高井康介	■定員制58名 15:30-16:30 メガロスミライク	13:45-13:55 【映像】黒澤明	■定員32名 13:45-14:30 【映像】 Group Centergy45	■定員制35名 13:55-14:40 Group Power45 土屋勇毅	■定員制43名 14:30-15:15 【映像】 Group Goove45	■定員制40名 14:45-15:00 TOBIPPA15 中澤穂乃香	■定員制43名 15:15-16:00 Group Blast45 中澤穂乃香		12:00
12:30		■定員制58名 14:10-14:40 やさしいジャズダンス 木澤豊	14:45-14:55 膝〜肩ア	■定員制43名 14:40-15:40 【有料】太極拳 増岡美奈江	■定員制58名 15:30-16:30 アパースクール			■定員制43名 19:45-19:55 肩〜デコルテ	■定員制58名 19:30-20:00 Group Blast30 山川麻衣			■定員制43名 20:05-20:35 エンジョイエアロ30 笹木富志広		■定員制43名 20:50-21:35 バーニングエアロ45 笹木富志広	■定員制43名 20:00-20:30 【映像】VOLT BOX30 正木真	■定員制30名 20:15-20:45 TOBIPPA30 山川麻衣	■定員40名 20:25-20:55 ピラティス30 姫野真里	■定員制58名 20:20-20:50 Group Groove30 中澤穂乃香	
13:00	■映像20名 13:35-14:05 【映像】 Group Blast30	■定員制58名 14:50-15:50 【有料】ジャズダンス 木澤豊	14:45-14:55 膝〜肩ア	■定員制43名 19:45-20:15 ZUMBA(30分クラス) TOMOKO	19:45-19:55 肩〜デコルテ	■定員制58名 19:30-20:00 Group Blast30 山川麻衣		■定員制43名 20:05-20:35 エンジョイエアロ30 笹木富志広	■定員制43名 20:50-21:35 バーニングエアロ45 笹木富志広		■定員制43名 20:00-20:30 【映像】VOLT BOX30 正木真	■定員制30名 20:15-20:45 TOBIPPA30 山川麻衣	■定員40名 20:25-20:55 ピラティス30 姫野真里	■定員制58名 20:20-20:50 Group Groove30 中澤穂乃香		13:00			
13:30	■映像32名 14:20-14:50 【映像】 Group Fight30	有料 14:50-15:50 【有料】ジャズダンス 木澤豊	14:45-14:55 膝〜肩ア		■定員制43名 20:30-21:00 Group Fight30 堀内辰雄	20:45-20:55 膝〜肩ア	■定員制43名 20:20-21:00 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河		■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			13:30
14:00	■映像32名 14:20-14:50 【映像】 Group Fight30	有料 14:50-15:50 【有料】ジャズダンス 木澤豊	14:45-14:55 膝〜肩ア		■定員制43名 20:30-21:00 Group Fight30 堀内辰雄	20:45-20:55 膝〜肩ア	■定員制43名 20:20-21:00 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河		■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			14:00
14:30	■映像32名 14:20-14:50 【映像】 Group Fight30	有料 14:50-15:50 【有料】ジャズダンス 木澤豊	14:45-14:55 膝〜肩ア		■定員制43名 20:30-21:00 Group Fight30 堀内辰雄	20:45-20:55 膝〜肩ア	■定員制43名 20:20-21:00 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河		■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			14:30
15:00	■映像32名 14:20-14:50 【映像】 Group Fight30	有料 14:50-15:50 【有料】ジャズダンス 木澤豊	14:45-14:55 膝〜肩ア		■定員制43名 20:30-21:00 Group Fight30 堀内辰雄	20:45-20:55 膝〜肩ア	■定員制43名 20:20-21:00 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河		■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			15:00
15:30	■映像32名 14:20-14:50 【映像】 Group Fight30	有料 14:50-15:50 【有料】ジャズダンス 木澤豊	14:45-14:55 膝〜肩ア		■定員制43名 20:30-21:00 Group Fight30 堀内辰雄	20:45-20:55 膝〜肩ア	■定員制43名 20:20-21:00 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河		■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			15:30
16:00	■映像32名 14:20-14:50 【映像】 Group Fight30	有料 14:50-15:50 【有料】ジャズダンス 木澤豊	14:45-14:55 膝〜肩ア		■定員制43名 20:30-21:00 Group Fight30 堀内辰雄	20:45-20:55 膝〜肩ア	■定員制43名 20:20-21:00 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河		■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			16:00
16:30	■映像32名 14:20-14:50 【映像】 Group Fight30	有料 14:50-15:50 【有料】ジャズダンス 木澤豊	14:45-14:55 膝〜肩ア		■定員制43名 20:30-21:00 Group Fight30 堀内辰雄	20:45-20:55 膝〜肩ア	■定員制43名 20:20-21:00 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河		■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			16:30
17:00	■映像32名 14:20-14:50 【映像】 Group Fight30	有料 14:50-15:50 【有料】ジャズダンス 木澤豊	14:45-14:55 膝〜肩ア		■定員制43名 20:30-21:00 Group Fight30 堀内辰雄	20:45-20:55 膝〜肩ア	■定員制43名 20:20-21:00 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河		■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			17:00
17:30	■映像32名 14:20-14:50 【映像】 Group Fight30	有料 14:50-15:50 【有料】ジャズダンス 木澤豊	14:45-14:55 膝〜肩ア		■定員制43名 20:30-21:00 Group Fight30 堀内辰雄	20:45-20:55 膝〜肩ア	■定員制43名 20:20-21:00 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河		■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			17:30
18:00	■映像32名 14:20-14:50 【映像】 Group Fight30	有料 14:50-15:50 【有料】ジャズダンス 木澤豊	14:45-14:55 膝〜肩ア		■定員制43名 20:30-21:00 Group Fight30 堀内辰雄	20:45-20:55 膝〜肩ア	■定員制43名 20:20-21:00 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河		■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			18:00
18:30	■映像32名 14:20-14:50 【映像】 Group Fight30	有料 14:50-15:50 【有料】ジャズダンス 木澤豊	14:45-14:55 膝〜肩ア		■定員制43名 20:30-21:00 Group Fight30 堀内辰雄	20:45-20:55 膝〜肩ア	■定員制43名 20:20-21:00 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河		■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			18:30
19:00	■映像32名 14:20-14:50 【映像】 Group Fight30	有料 14:50-15:50 【有料】ジャズダンス 木澤豊	14:45-14:55 膝〜肩ア		■定員制43名 20:30-21:00 Group Fight30 堀内辰雄	20:45-20:55 膝〜肩ア	■定員制43名 20:20-21:00 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河		■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河			19:00
19:30	■映像32名 14:20-14:50 【映像】 Group Fight30	有料 14:50-15:50 【有料】ジャズダンス 木澤豊	14:45-14:55 膝〜肩ア		■定員制43名 20:30-21:00 Group Fight30 堀内辰雄	20:45-20:55 膝〜肩ア	■定員制43名 20:20-21:00 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河		■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河		■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制43名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河		19:30		
20:00	■映像32名 14:20-14:50 【映像】 Group Fight30	有料 14:50-15:50 【有料】ジャズダンス 木澤豊	14:45-14:55 膝〜肩ア		■定員制43名 20:30-21:00 Group Fight30 堀内辰雄	20:45-20:55 膝〜肩ア	■定員制43名 20:20-21:00 トラディショナルヨーガ40 松尾洋一郎	■定員制58名 21:00-21:45 Group Fight45 木地谷大河		■定員制43名 21:00-									