



店舗情報	(月-木)9:00-23:00
■通常営業時間	(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																		
9:30	■新設22名 9:45-10:15 【特待】 Group Century30	■定員制58名(周) 9:40-10:10 ZUMBA(45分クラス) 上原由佳		■定員制43名(特) 9:55-10:40 バーンクエイク45 松原由香	■定員制58名(周) 10:00-10:40 エンジョイ7040 ARI		■定員制43名(特) 9:30-10:15 ウェーカス 松井千博	■定員制58名(周) 9:35-10:05 フュニクスアスレチッククラス TOMOKO		■定員制43名(特) 10:00-10:45 ZUMBA(45分クラス) 小山由美子	■定員制58名(周) 10:05-10:50 太極拳45 田中由紀		9:00-10:00 メカロスライク	9:00-10:00 メカロミニク		■定員制43名(特) 9:30-10:20 トリアスブルースター 園部麻美	■定員制58名(周) 10:35-11:05 やんちゃダンス 園部麻美	
10:00	■定員制43名(特) 10:25-10:55 エンジョイ7040 上原由佳	■定員制58名(周) 10:35-11:35 REBORN'S SCHOOL リボーンズスクール 谷口		■定員制43名(特) 11:00-11:45 ビューティーダンス45 松本真実	■定員制40名(特) 10:55-11:25 エッジダンスP 松原由香		■定員制43名(特) 10:30-11:00 【特待】 Group Century30	■定員制58名(周) 10:20-11:05 ZUMBA (45分クラス) TOMOKO		■定員制43名(特) 11:05-11:35 Group Fight30 土屋	■定員制58名(周) 11:00-11:30 F116P 小山由美子		10:15-11:45 大人のレスカール	■定員制58名(周) 10:15-10:45 エアビクス 小林優紀恵		■定員制43名(特) 10:35-11:15 ZUMBA(45分クラス) 佐々木純子	■定員制58名(周) 10:35-11:15 ZUMBA(45分クラス) 佐々木純子	
10:30	■新設15名 11:50-12:35 【特待】 Group Power45	■定員制58名(周) 11:50-12:35 トリアスブルースター 金子知史		■定員制58名(周) 11:40-12:10 エア230 園部麻美	■定員制58名(周) 11:40-12:10 エア230 園部麻美		■定員制43名(特) 11:20-12:20 REBORN'S SCHOOL リボーンズスクール 谷口	■定員制58名(周) 11:20-12:05 エンジョイダンスP 和山麻由紀		■定員制43名(特) 11:45-12:30 エンジョイ7040 小山由美子	■定員制58名(周) 11:45-12:30 トリアスブルースター45 園部麻美		■定員制43名(特) 12:00-12:30 ななめカールストレッチ30 前田洋	■定員制58名(周) 12:00-12:30 エンジョイ7040 前田洋		■定員制43名(特) 11:30-12:15 エア230 佐々木純子	■定員制58名(周) 11:30-12:15 エア230 佐々木純子	
11:00	■定員制43名(特) 12:40-13:10 6/6エアP 金子知史	■定員制58名(周) 12:40-13:10 6/6エアP 金子知史		■定員制43名(特) 13:15-13:45 ダンス体験 園部麻美	■定員制43名(特) 12:25-13:10 インフィニティ 松原由香		■定員制43名(特) 12:45-13:15 シャドウボクシング30 園部麻美	■定員制58名(周) 12:30-13:10 YOLUP(エア)40 和山麻由紀		■定員制43名(特) 13:35-14:05 フリスビー 西山由代	■定員制58名(周) 12:45-13:15 エア230 9.23 リボーンズ 園部麻美		■定員制43名(特) 13:45-14:30 【特待】 Group Century45	■定員制58名(周) 13:45-14:30 Group Fight45 土屋		■定員制43名(特) 13:50-14:20 ヒールズエア230 松原由香	■定員制58名(周) 13:50-14:20 ヒールズエア230 松原由香	
11:30	■新設20名 13:25-14:20 【特待】 Group Blast45	■定員制58名(周) 13:25-13:55 ボディフロー 木原聖		■定員制43名(特) 14:00-14:30 太極拳15分45分 園部麻美	■定員制43名(特) 13:35-14:10 VOLT BOX15 木原聖		■定員制43名(特) 13:25-14:25 【特待】ダンス 園部麻美	■定員制58名(周) 13:30-14:00 トリアスブルースター 園部麻美		■定員制43名(特) 14:10-14:40 ダンス体験 園部麻美	■定員制58名(周) 14:25-14:55 特待エア230 和山麻由紀		■新設22名 13:45-14:30 【特待】 Group Century45	■定員制58名(周) 13:50-14:35 Group Power45 土屋		■定員制43名(特) 14:15-14:45 エア230 園部麻美	■定員制58名(周) 14:15-14:45 エア230 園部麻美	
12:00	■新設32名 14:45-15:30 【特待】 Group Century45	■定員制58名(周) 14:45-15:30 【特待】ダンス 木原聖		■定員制43名(特) 14:40-15:40 【特待】太極拳 園部麻美	■定員制43名(特) 14:35-15:15 エア230 岩田真由		■定員制43名(特) 14:40-16:10 太極拳スクール 松原由香	■定員制58名(周) 14:40-15:20 エア230 園部麻美		■定員制43名(特) 14:55-16:10 【特待】バレエ 高井亜介	■定員制58名(周) 14:50-15:20 エア230 松原由香		■定員制43名(特) 14:35-15:20 【特待】 Group Century45	■定員制58名(周) 14:40-15:30 Group Fight45 木原聖		■定員制43名(特) 14:35-15:20 【特待】 Group Century45	■定員制58名(周) 14:45-15:30 Group Fight45 木原聖	
12:30	■定員制43名(特) 15:50-17:20 大人のレスカール 伊藤サキ	■定員制58名(周) 16:30-17:30 キャスダンス		■定員制43名(特) 16:30-17:30 キャスダンス	■定員制58名(周) 16:30-17:30 キャスダンス		■定員制43名(特) 16:30-17:30 キャスダンス	■定員制58名(周) 16:30-17:30 キャスダンス		■定員制43名(特) 16:30-17:30 キャスダンス	■定員制58名(周) 16:30-17:30 キャスダンス		■定員制43名(特) 15:35-16:15 トリアスブルースター40 松原由香	■定員制58名(周) 15:35-16:15 トリアスブルースター40 松原由香		■定員制43名(特) 15:35-16:20 【特待】 Group Blast45	■定員制58名(周) 15:35-16:20 【特待】 Group Blast45	
13:00	■定員制43名(特) 17:30-18:30 アウェアスクール	■定員制58名(周) 17:30-18:30 ジュニアダンス		■定員制43名(特) 17:30-18:30 ジュニアダンス	■定員制58名(周) 17:30-18:30 ジュニアダンス		■定員制43名(特) 17:30-18:30 ジュニアダンス	■定員制58名(周) 17:30-18:30 ジュニアダンス		■定員制43名(特) 17:30-18:30 ジュニアダンス	■定員制58名(周) 17:30-18:30 ジュニアダンス		■定員制43名(特) 16:30-17:00 PBLエア230 園部麻美	■定員制58名(周) 16:30-17:00 PBLエア230 園部麻美		■定員制43名(特) 16:35-17:20 【特待】 Group Groove45	■定員制58名(周) 16:35-17:20 【特待】 Group Groove45	
13:30	■新設22名 19:30-20:00 【特待】 Group Century30	■定員制30名(特) 19:30-20:00 TDRPPA30 園部麻美		■定員制43名(特) 19:45-20:15 ZUMBA(30分クラス) TOMOKO	■定員制43名(特) 19:30-19:45 エア230 園部麻美		■新設32名 19:30-20:15 【特待】 Group Century45	■定員制58名(周) 19:15-19:45 エア230 園部麻美		■定員制43名(特) 19:45-19:55 エア230 園部麻美	■定員制58名(周) 19:45-19:55 エア230 園部麻美		■定員制43名(特) 19:30-20:30 トリアスブルースター45 園部麻美	■定員制58名(周) 19:30-20:30 トリアスブルースター45 園部麻美		■定員制43名(特) 19:35-20:00 【特待】 Group Century30	■定員制58名(周) 19:35-20:00 【特待】 Group Century30	
14:00	■定員制43名(特) 20:20-20:50 エア230 園部麻美	■定員制58名(周) 20:20-20:50 エア230 園部麻美		■新設20名 20:35-21:05 【特待】 Group Blast30	■定員制43名(特) 20:35-21:05 エア230 園部麻美		■定員制43名(特) 20:50-21:05 【特待】 Group Groove30	■定員制58名(周) 20:50-21:05 【特待】 Group Groove30		■定員制43名(特) 20:55-21:50 【特待】 Group Groove45	■定員制58名(周) 20:55-21:50 【特待】 Group Groove45		■定員制43名(特) 20:55-21:50 【特待】 Group Groove45	■定員制58名(周) 20:55-21:50 【特待】 Group Groove45		■定員制43名(特) 20:35-21:05 【特待】Group Blast30	■定員制58名(周) 20:35-21:05 【特待】Group Blast30	
14:30	■定員制43名(特) 21:05-21:35 エンジョイ7030 園部麻美	■定員制40名(特) 21:05-21:35 園部麻美		■定員制43名(特) 21:15-22:00 【特待】 Group Groove45	■定員制43名(特) 21:15-22:00 【特待】 Group Groove45		■定員制43名(特) 21:15-22:00 【特待】 Group Groove45	■定員制58名(周) 21:15-22:00 【特待】 Group Groove45		■定員制43名(特) 21:05-21:50 【特待】 Group Groove45	■定員制58名(周) 21:05-21:50 【特待】 Group Groove45		■定員制43名(特) 17:10-18:25 【特待】バレエ 伊藤サキ	■定員制58名(周) 17:10-18:25 【特待】バレエ 伊藤サキ		■定員制43名(特) 17:30-18:30 ジュニアダンス	■定員制58名(周) 17:30-18:30 ジュニアダンス	
15:00	■新設22名 19:30-20:00 【特待】 Group Century30	■定員制30名(特) 19:30-20:00 TDRPPA30 園部麻美		■定員制43名(特) 19:45-20:15 ZUMBA(30分クラス) TOMOKO	■定員制43名(特) 19:30-19:45 エア230 園部麻美		■新設32名 19:30-20:15 【特待】 Group Century45	■定員制58名(周) 19:15-19:45 エア230 園部麻美		■定員制43名(特) 19:45-19:55 エア230 園部麻美	■定員制58名(周) 19:45-19:55 エア230 園部麻美		■定員制43名(特) 19:30-20:30 トリアスブルースター45 園部麻美	■定員制58名(周) 19:30-20:30 トリアスブルースター45 園部麻美		■定員制43名(特) 19:35-20:00 【特待】 Group Century30	■定員制58名(周) 19:35-20:00 【特待】 Group Century30	
15:30	■定員制43名(特) 20:20-20:50 エア230 園部麻美	■定員制58名(周) 20:20-20:50 エア230 園部麻美		■新設20名 20:35-21:05 【特待】 Group Blast30	■定員制43名(特) 20:35-21:05 エア230 園部麻美		■定員制43名(特) 20:50-21:05 【特待】 Group Groove30	■定員制58名(周) 20:50-21:05 【特待】 Group Groove30		■定員制43名(特) 20:55-21:50 【特待】 Group Groove45	■定員制58名(周) 20:55-21:50 【特待】 Group Groove45		■定員制43名(特) 20:55-21:50 【特待】 Group Groove45	■定員制58名(周) 20:55-21:50 【特待】 Group Groove45		■定員制43名(特) 20:35-21:05 【特待】Group Blast30	■定員制58名(周) 20:35-21:05 【特待】Group Blast30	
16:00	■定員制43名(特) 21:05-21:35 エンジョイ7030 園部麻美	■定員制40名(特) 21:05-21:35 園部麻美		■定員制43名(特) 21:15-22:00 【特待】 Group Groove45	■定員制43名(特) 21:15-22:00 【特待】 Group Groove45		■定員制43名(特) 21:15-22:00 【特待】 Group Groove45	■定員制58名(周) 21:15-22:00 【特待】 Group Groove45		■定員制43名(特) 21:05-21:50 【特待】 Group Groove45	■定員制58名(周) 21:05-21:50 【特待】 Group Groove45		■定員制43名(特) 17:10-18:25 【特待】バレエ 伊藤サキ	■定員制58名(周) 17:10-18:25 【特待】バレエ 伊藤サキ		■定員制43名(特) 17:30-18:30 ジュニアダンス	■定員制58名(周) 17:30-18:30 ジュニアダンス	
16:30	■新設22名 19:30-20:00 【特待】 Group Century30	■定員制30名(特) 19:30-20:00 TDRPPA30 園部麻美		■定員制43名(特) 19:45-20:15 ZUMBA(30分クラス) TOMOKO	■定員制43名(特) 19:30-19:45 エア230 園部麻美		■新設32名 19:30-20:15 【特待】 Group Century45	■定員制58名(周) 19:15-19:45 エア230 園部麻美		■定員制43名(特) 19:45-19:55 エア230 園部麻美	■定員制58名(周) 19:45-19:55 エア230 園部麻美		■定員制43名(特) 19:30-20:30 トリアスブルースター45 園部麻美	■定員制58名(周) 19:30-20:30 トリアスブルースター45 園部麻美		■定員制43名(特) 19:35-20:00 【特待】 Group Century30	■定員制58名(周) 19:35-20:00 【特待】 Group Century30	
17:00	■定員制43名(特) 20:20-20:50 エア230 園部麻美	■定員制58名(周) 20:20-20:50 エア230 園部麻美		■新設20名 20:35-21:05 【特待】 Group Blast30	■定員制43名(特) 20:35-21:05 エア230 園部麻美		■定員制43名(特) 20:50-21:05 【特待】 Group Groove30	■定員制58名(周) 20:50-21:05 【特待】 Group Groove30		■定員制43名(特) 20:55-21:50 【特待】 Group Groove45	■定員制58名(周) 20:55-21:50 【特待】 Group Groove45		■定員制43名(特) 20:55-21:50 【特待】 Group Groove45	■定員制58名(周) 20:55-21:50 【特待】 Group Groove45		■定員制43名(特) 20:35-21:05 【特待】Group Blast30	■定員制58名(周) 20:35-21:05 【特待】Group Blast30	
17:30	■定員制43名(特) 21:05-21:35 エンジョイ7030 園部麻美	■定員制40名(特) 21:05-21:35 園部麻美		■定員制43名(特) 21:15-22:00 【特待】 Group Groove45	■定員制43名(特) 21:15-22:00 【特待】 Group Groove45		■定員制43名(特) 21:15-22:00 【特待】 Group Groove45	■定員制58名(周) 21:15-22:00 【特待】 Group Groove45		■定員制43名(特) 21:05-21:50 【特待】 Group Groove45	■定員制58名(周) 21:05-21:50 【特待】 Group Groove45		■定員制43名(特) 17:10-18:25 【特待】バレエ 伊藤サキ	■定員制58名(周) 17:10-18:25 【特待】バレエ 伊藤サキ		■定員制43名(特) 17:30-18:30 ジュニアダンス	■定員制58名(周) 17:30-18:30 ジュニアダンス	
18:00	■新設22名 19:30-20:00 【特待】 Group Century30	■定員制30名(特) 19:30-20:00 TDRPPA30 園部麻美		■定員制43名(特) 19:45-20:15 ZUMBA(30分クラス) TOMOKO	■定員制43名(特) 19:30-19:45 エア230 園部麻美		■新設32名 19:30-20:15 【特待】 Group Century45	■定員制58名(周) 19:15-19:45 エア230 園部麻美		■定員制43名(特) 19:45-19:55 エア230 園部麻美	■定員制58名(周) 19:45-19:55 エア230 園部麻美		■定員制43名(特) 19:30-20:30 トリアスブルースター45 園部麻美	■定員制58名(周) 19:30-20:30 トリアスブルースター45 園部麻美		■定員制43名(特) 19:35-20:00 【特待】 Group Century30	■定員制58名(周) 19:35-20:00 【特待】 Group Century30	
18:30	■定員制43名(特) 20:20-20:50 エア230 園部麻美	■定員制58名(周) 20:20-20:50 エア230 園部麻美		■新設20名 20:35-21:05 【特待】 Group Blast30	■定員制43名(特) 20:35-21:05 エア230 園部麻美		■定員制43名(特) 20:50-21:05 【特待】 Group Groove30	■定員制58名(周) 20:50-21:05 【特待】 Group Groove30		■定員制43名(特) 20:55-21:50 【特待】 Group Groove45	■定員制58名(周) 20:55-21:50 【特待】 Group Groove45		■定員制43名(特) 20:55-21:50 【特待】 Group Groove45	■定員制58名(周) 20:55-21:50 【特待】 Group Groove45		■定員制43名(特) 20:35-21:05 【特待】Group Blast30	■定員制58名(周) 20:35-21:05 【特待】Group Blast30	
19:00	■定員制43名(特) 21:05-21:35 エンジョイ7030 園部麻美	■定員制40名(特) 21:05-21:35 園部麻美		■定員制43名(特) 21:15-22:00 【特待】 Group Groove45	■定員制43名(特) 21:15-22:00 【特待】 Group Groove45		■定員制43名(特) 21:15-22:00 【特待】 Group Groove45	■定員制58名(周) 21:15-22:00 【特待】 Group Groove45		■定員制43名(特) 21:05-21:50 【特待】 Group Groove45	■定員制58名(周) 21:05-21:50 【特待】 Group Groove45		■定員制43名(特) 17:10-18:25 【特待】バレエ 伊藤サキ	■定員制58名(周) 17:10-18:25 【特待】バレエ 伊藤サキ		■定員制43名(特) 17:30-18:30 ジュニアダンス	■定員制58名(周) 17:30-18:30 ジュニアダンス	
19:30	■新設22名 19:30-20:00 【特待】 Group Century30	■定員制30名(特) 19:30-20:00 TDRPPA30 園部麻美		■定員制43名(特) 19:45-20:15 ZUMBA(30分クラス) TOMOKO	■定員制43名(特) 19:30-19:45 エア230 園部麻美		■新設32名 19:30-20:15 【特待】 Group Century45	■定員制58名(周) 19:15-19:45 エア230 園部麻美		■定員制43名(特) 19:45-19:55 エア230 園部麻美	■定員制58名(周) 19:45-19:55 エア230 園部麻美		■定員制43名(特) 19:30-20:30 トリアスブルースター45 園部麻美	■定員制58名(周) 19:30-20:30 トリアスブルースター45 園部麻美		■定員制43名(特) 19:35-20:00 【特待】 Group Century30	■定員制58名(周) 19:35-20:00 【特待】 Group Century30	
20:00	■定員制43名(特) 20:20-20:50 エア230 園部麻美	■定員制58名(周) 20:20-20:50 エア230 園部麻美		■新設20名 20:35-21:05 【特待】 Group Blast30	■定員制43名(特) 20:35-21:05 エア230 園部麻美		■定員制43名(特) 20:50-21:05 【特待】 Group Groove30	■定員制58名(周) 20:50-21:05 【特待】										

2026年7月/メガロス調布 アクアプログラムタイムスケジュール/月曜日~木曜日

2026年7月/メガロス調布 アクアプログラムタイムスケジュール/土曜日・日曜日

	月曜日					火曜日					水曜日					木曜日					土曜日					日曜日														
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
9:00	[9:00 OPEN]					[9:00 OPEN]					[9:00 OPEN]					[9:00 OPEN]					[9:00 OPEN]					[9:00 OPEN]														
9:30																																								
10:00																																								
10:30																																								
11:00																																								
11:30																																								
12:00																																								
12:30																																								
13:00																																								
13:30																																								
14:00																																								
14:30																																								
15:00																																								
15:30																																								
16:00																																								
16:30																																								
17:00																																								
17:30																																								
18:00																																								
18:30																																								
19:00																																								
19:30																																								
20:00																																								
20:30																																								
21:00																																								
21:30																																								
22:00																																								
22:30																																								
22:50																																								
23:00																																								

フリー遊泳日

毎月 5日・15日・25日

★下記のプログラムが休講となり、その時間帯はフリーでプールをご利用いただけます。
★休講プログラム・・・ 泳法シリーズ・アクア系 ※有料スクールは実施いたしません

アクアプログラム参加方法

- ①キャップ・ゴーグル・タオルをご持参の上、プールサイドまでお越しください
- ②レッスン開始30分前から受付開始いたします
- ③アクアプログラム受付台帳に、『フルネーム』『カタカナ』『ご本人さまがご記入ください』
- ④指導インストラクターがレッスンのご案内をいたしますので、集合してください
- ※安全管理上、定員のあるクラスがございます。定員になり次第、受付が終了となります

アクアプログラム参加時の注意事項・ご案内

※別紙「アクアプログラムのご案内」をご覧ください。プログラム内容・対象などをご確認ください。

※スイムトレーニング（入門）と30分/45分レッスン併せてのご参加はご遠慮ください。

※レッスン開始後5分が過ぎるレッスンのご参加および、途中退場は安全管理上、ご遠慮ください。

※体調管理をお願いします。体調に異変を感じた場合は早急にお近くのスイミングキャストまでお申し出ください。（レッスン前に脈拍・血圧をご確認くださいAH71:AR80さん。）

スイムトレーニング(夜の時間帯 実施クラス)

夜クラスのみ「初級・中級・上級」すべてのレベルを実施いたします。
※各レベル1コース使用 定員各12名

水曜日 クロール・背泳ぎ/平泳ぎ・バタフライ

2月・6月・10月⇒クロール 4月・8月・12月⇒平泳ぎ
3月・7月・11月⇒背泳ぎ 5月・9月・1月⇒バタフライ
上記スケジュールでの実施となります。

有料プログラムの受付方法

※パーソナルレッスンは、プールカウンターにて事前予約制（別料金）となります。おひとり様2種までの事前予約ができ、予約されたレッスンが終了すると、次の予約が可能となります。翌月の事前予約は、前月の20日（20日が休館日の場合は翌営業日）から事前予約が可能です。レッスン直前までに欠席の連絡をいただければ、振替レッスンが可能です。

※水中ボールウォーキングイベントレッスンは、2階メインフロントにてお申込みください。

※スイムスクール・マスターズサークルは、事前登録制（別料金）となります。2階メインフロントにてお申込みください。

施設利用時の注意事項・ご案内

※身体を拭くタオル・水分補給の飲料水をご用意ください。

※プールエリア内の電子機器の持ち込み・ご使用はお止めください。

※プールエリアをご利用の前には、頭の上からシャワーを浴びましょう。

※プール水内には裝飾品および、眼鏡などは外してご利用ください。

※ご案内しておりますレッスン内容・コース等・指導担当は、変更する場合がございます。スイムスクールは、最大3コース使用します。予めご了承ください。

※レッスン開始5分前から準備をおこないます。予めご了承ください。

※プールエリアご利用後は、身体の水気を十分に拭いてからロッカーへお戻りください。

プールエリア 22:50 CLOSE

プールエリア
19:50 CLOSE

☆マスターズサークル60☆
大会に向けた練習を中心に
行60分間のレッスン

対象：4泳法泳げる方または
100m以上泳げる方
月会費：1,815円（税込）