

時間	月曜日					火曜日					水曜日																											
	スタジオA	スタジオB	スカッシュコート	Re-Self [有料]	Aqua	スタジオA	スタジオB	スカッシュコート	Re-Self [有料]	Aqua	スタジオA	スタジオB	スカッシュコート	Re-Self [有料]	Aqua																							
	営業開始 8:30					営業開始 8:30					営業開始 8:30																											
9:00	定員制40名	【シニアスクール】	● =担当者変更、内容変更、時間変更があるクラス			定員制35名	【シニアスクール】	【無料サークル】	火-1 定員16名	サークル 11:00-11:30	定員制40名	定員制42名	【シニアスクール】	水-1 定員16名																								
9:30	トライフジナルヨーガ 9:30-10:15 AUM(アウム)	REBORNS FIT ~リボンスフィット~ 9:15-10:15 伊藤 実知子 【有料スクール】				ボデデザイン ピラティス 9:00-9:30 黒月 彩花	REBORNS FIT ~リボンスフィット~ 9:00-10:00 谷内 成美 【有料スクール】				やすらぎヨーガ 9:05-9:35 AUM(アウム)	やすらぎヨーガ 9:05-9:35 AUM(アウム)				グループ練習 9:30-9:50	定員制40名	定員制42名	グループ Blast 9:05-9:35	ゆづの歩行 9:30-9:50																		
10:00	定員制40名	定員制42名				フィットネス 10:00-10:30 10:10-10:20	定員制42名				エンジンステップ 9:50-10:30 SONOKO	ボディメイクエアロ 10:15-11:00 坂口 典子				Aqua ZUMBA 10:00-10:30 工藤 哲也	定員制40名	定員制42名	バルトソールシンセシス 9:50-10:35 村田 美和	定員制42名	定員制42名	定員制42名	定員制42名	定員制42名														
10:30	パワ-ヨーガ 10:30-11:15 AUM(アウム)	リトモス 10:30-11:15 若田 香織				アクアダンス 10:30-11:00	定員制40名				パーニングエアロ 10:50-11:35 SONOKO	定員制42名				定員制42名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制42名	定員制42名	定員制42名	定員制42名	定員制42名													
11:00	【ヨガスクール】	定員制42名				月-1 定員16名						【女性専用】定員制16名				【ピラティス】 infinity~flow~ 14:15-15:00 中西 美早	【無料サークル】	火-2 定員16名	ホットヨーガ ベーシック 11:00-11:45 大山 幸子	定員制40名	定員制42名	定員制42名	定員制42名	定員制42名														
11:30	11:25-12:15 AUM(アウム) 【有料スクール】	フラダンス 11:30-12:00 大室 英子																							ホットヨーガ アドバンス 12:45-13:30 AUM(アウム)	定員制40名	定員制22名	やまのいし 12:00-12:30 KAKO	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名
12:00	定員制35名	12:15-13:00 大室 英子 【有料スクール】																							クロール-海泳ぎ入門 12:35-12:55	定員制35名	ZUMBA 11:50-12:35 比氣 桂子	定員制42名	定員制42名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名
12:30	Group Power 12:30-13:15 寺崎 瞬	定員制42名																							フィットネス会員のみの参加可能 室温は常温となります	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名
13:00	定員制40名	【映画】 Group Groove 13:15-13:45																							フィットネス会員のみの参加可能 室温は常温となります	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名
13:30	ウォ-カリズム 13:30-14:15 福岡純子	アフタースクール 14:00-19:00																							【有料スクール】 スカッシュスクール 初心者 15:30-16:25 増田 健一	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名
14:00	定員制35名		【女性専用】定員制16名	【ピラティス】 infinity~flow~ 14:15-15:00 中西 美早	定員制40名			定員制40名	定員制40名	定員制40名			定員制40名	定員制40名	定員制40名										定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名									
14:30	Group Blast 14:30-15:15 田中 龍時		【有料スクール】 スカッシュスクール 初心者 15:30-16:25 増田 健一	フィットネス会員のみの参加可能 室温は常温となります	定員制40名			定員制40名	定員制40名	定員制40名			定員制40名	定員制40名	定員制40名										定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名								
15:00	定員制40名		【映画】 Group Groove 13:15-13:45	フィットネス会員のみの参加可能 室温は常温となります	定員制40名			定員制40名	定員制40名	定員制40名			定員制40名	定員制40名	定員制40名										定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名								
15:30	定員制40名		【映画】 Group Groove 13:15-13:45	フィットネス会員のみの参加可能 室温は常温となります	定員制40名			定員制40名	定員制40名	定員制40名			定員制40名	定員制40名	定員制40名										定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名								
16:00	定員制40名		【映画】 Group Groove 13:15-13:45	フィットネス会員のみの参加可能 室温は常温となります	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名																					
16:30	【有料スクール】 キッズダンススクール 17:00-17:30 DAISUKE		アフタースクール 14:00-19:00	【有料スクール】 スカッシュスクール 初心者 15:30-16:25 増田 健一	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名																					
17:00	【有料スクール】 キッズダンススクール 17:00-17:30 DAISUKE			【有料スクール】 ジュニア 17:30-18:15 増田 健一	フィットネス会員のみの参加可能 室温は常温となります	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名																					
17:30	【有料スクール】 キッズダンススクール 17:30-18:30 DAISUKE			【有料スクール】 ジュニア 17:30-18:15 増田 健一	フィットネス会員のみの参加可能 室温は常温となります	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名																				
18:00	【有料スクール】 キッズダンススクール 17:30-18:30 DAISUKE			【有料スクール】 ジュニア 17:30-18:15 増田 健一	フィットネス会員のみの参加可能 室温は常温となります	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名																				
18:30	【有料スクール】 キッズダンススクール 18:30-19:30 DAISUKE	【有料スクール】 ジュニア 17:30-18:15 増田 健一		フィットネス会員のみの参加可能 室温は常温となります	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名																					
19:00	【有料スクール】 キッズダンススクール 18:30-19:30 DAISUKE	【有料スクール】 ジュニア 17:30-18:15 増田 健一		フィットネス会員のみの参加可能 室温は常温となります	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名																					
19:30	定員制40名	【映画】 Group Centergy 19:15-19:45		フィットネス会員のみの参加可能 室温は常温となります	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名																					
20:00	定員制40名	定員制42名		フィットネス会員のみの参加可能 室温は常温となります	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名																					
20:30	Group Fight 20:00-20:45 木坂 碧	【有料スクール】 ジュニア 17:30-18:15 増田 健一		フィットネス会員のみの参加可能 室温は常温となります	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名																					
21:00	定員制28名	【ハウスタンスクール】		フィットネス会員のみの参加可能 室温は常温となります	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名																					
21:30	VOLTBOXmaximum [share] 21:00-21:45 木坂 碧	21:00-22:00 DAISUKE 【有料スクール】	フィットネス会員のみの参加可能 室温は常温となります	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名																						
22:00			フィットネス会員のみの参加可能 室温は常温となります	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名																						
22:30			フィットネス会員のみの参加可能 室温は常温となります	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名	定員制40名																						
23:00	マシンジム・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 & ナイトモーニング会員は夜間利用可能)																																					

	木曜日					土曜日					日曜日							
	スタジオA	スタジオB	スカッシュコート	Re-Self【有料】	Aqua	スタジオA	スタジオB	スカッシュコート	Re-Self【有料】	Aqua	スタジオA	スタジオB	スカッシュコート	Re-Self【有料】	Aqua			
	営業開始 8:30					営業開始 9:30					営業時間 10:00							
9:00	予約不要 ラジオ体操 9:00-9:10	● =担当変更、内容変更、時間変更があるクラス																
9:30	定員制35名																定員制42名	
10:00	9:30-10:15 Group Power 田中 龍時	健康操 9:40-10:25 中谷 一江			● REBORNS SWIM 〜リボンスイム〜 (有料スクール) 9:30-10:30	定員制40名 太極拳 10:00-10:30 河原 佳久	【有料スクール】 ミライク ジュニア・キッズ(子供) 8:45-9:45 9:50-10:50 キャスト											
10:30	定員制40名	定員制42名			木-1 定員16名	定員制35名 コパデザイン 10:55-11:25 浅見 公貴					トナリ 10:00-11:00	定員制40名					ジュニア2 10:00-11:00	
11:00	トナリ 10:30-11:15 ayumi	エンジョイエアロ 10:40-11:20 中谷 一江			ホットヨガ ベーシック 10:30-11:15 御手洗 香代					ホットヨガ アドバンス 10:45-11:30 房枝		トナリ 10:45-11:30 御手洗 香代	【有料スクール】 ミライク キッズ(子供) 9:30-10:30				ジュニア1 11:00-12:00	
11:30	定員制40名	定員制22名 エドワールバエ 11:45-12:15 浅見 千佳																
12:00	リトモス 11:30-12:15 いつみ	定員制40名 【バレースクール】				クローL-両泳ぎ(入門) 11:35-11:55							【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:50-12:35					
12:30	定員制40名 太極拳 12:30-13:00 河原 佳久	12:30-13:45 浅見 千佳 【有料スクール】				アクアフェイブ 12:00-12:30 中谷 一江							マスターズサークル (有料登録制) 11:45-12:45					
13:00																		
13:30	定員制40名 DsD 13:30-14:00 高木 愛澄																	
14:00	定員制40名																	
14:30	バーニングエアロ 14:10-14:55 高木 愛澄																	
15:00	定員制40名 フランチス 15:10-15:40 SACHIE																	
15:30	【フランチススクール】																	
16:00	15:50-16:35 SACHIE 【有料スクール】																	
16:30		アフタースクール 14:00-19:00																
17:00	【有料スクール】 KidsGirlsHipHopダンス 16:50-17:50																	
17:30																		
18:00																		
18:30	【有料スクール】 K-POPダンス 18:00-19:00																	
19:00																		
19:30																		
20:00																		
20:30																		
21:00																		
21:30																		
22:00																		
22:30																		
23:00																		

マシジム・プール利用時間は 19:50まで 施設閉館時間 20:00  
(24時間会員 & ナイトモーニング会員は夜間利用可能)

マシジム・プール利用時間は 22:20まで 施設閉館時間 22:30  
(24時間会員 & ナイトモーニング会員は夜間利用可能)

マシジム・プール利用時間は 22:50まで 施設閉館時間 23:00

マシジム・プール利用時間は 22:20まで 施設閉館時間 22:30  
(24時間会員 & ナイトモーニング会員は夜間利用可能)

マシジム・プール利用時間は 22:50まで 施設閉館時間 23:00

■スタジオレッスンについて  
・全クラス【WEB予約制】となっております。スタジオ予約システムに事前登録が必要で、(映像レッスンは除く)  
・WEB予約可能枠数以下の通りです。(1枠消化で新たに予約可)  
・ゴールド会員、プラチナ会員の方は12枠、  
レギュラー会員、U-25会員、U-30会員、U-35会員、パパママ会員、パーソナルタイム会員、  
レギュラー24h会員、U-25 24h会員、U-30 24h会員、U-35 24h会員、パパママ24h会員の方は8枠、  
その他会員種別は6枠が予約可能となります。  
そのほか、イン스타그램(megalos-online)からも確認いただけます。  
※21日先の同時刻に終了するレッスンまで公開いたします。  
・WEB予約締め切りは、レッスン開始5分前です。  
・スタジオへの入場は、レッスン開始10分前から入場可能です。  
・急な休講・変更がある場合がございます。

■Fitness Theaterについて  
・スクリーンに映像を流しおこなうレッスンです。  
WEB予約は不要です。先着順となりますので、レッスン開始前までにスタジオにお越しください。

