

	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35名 ボディデザイン ピラティス 9:00-9:30 黒月 彩花	【シニアスクール】 REBORNS FIT ～リボンスフィット～ 9:00-10:00 谷内 成美 【有料スクール】				定員制40名 やすらぎヨーガ 9:05-9:35 AUM(アウム)	定員制42名 (映像) Group Blast 9:05-9:35				
9:30	定員制40名 トライフジナルヨーガ 9:30-10:15 AUM(アウム)	【シニアスクール】 REBORNS FIT ～リボンスフィット～ 9:15-10:15 寺崎 瞬 【有料スクール】	● =担当者変更、内容変更、時間変更があるクラス			定員制35名 エンジョイステップ 9:50-10:30 SONOKO	定員制42名 ボディメイクエアロ 10:15-11:00 坂口 典子				定員制40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 REBORNS FIT ～リボンスフィット～ 10:00-11:00 黒川 麻衣子 【有料スクール】			水-1 定員16名 ゆづの歩行 9:30-9:50	
10:00	定員制40名	定員制42名					定員制40名 パーニングエアロ 10:50-11:35 SONOKO	定員制42名 (映像) Group Centergy 11:15-11:45				定員制40名 ウォーカリズム 10:50-11:35 小須 亨	定員制42名 Group Centergy 11:15-12:00 黒川 麻衣子			Hot Yoga ベーシック 10:00-10:45 AUM(アウム)
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				定員制40名	定員制40名 ZUMBA 11:50-12:35 比氣 桂子	定員制22名 やさしいVレレ 12:00-12:30 KAKO				定員制40名 エンジョイエアロ 11:50-12:20 工藤 哲也	定員制42名 (映像) Group Groove 12:15-12:45			Aqua ZUMBA 10:35-11:05 工藤 哲也
11:00	【ヨガスクール】	定員制42名					定員制40名	【Vレレスクール】				定員制40名 特別プログラム (有料登録制) 14:00-15:00	定員制35名 ビューティプロピラティス 13:00-13:45 R A N			マスターズクラス (有料登録制) 12:00-13:00
11:30	11:25-12:15 AUM(アウム) 【有料スクール】	【フラダンススクール】					定員制35名 グループパワー 12:30-13:15 寺崎 瞬	定員制40名 ボディデザインピラティス 12:50-13:35 大山 幸子				定員制40名 ダンス@ 14:35-15:05 高木 愛澄	定員制42名 フィットネス会員のみ参加可能 ※バスオールの必須			Hot Yoga ベーシック 14:00-14:30 谷内 成美
12:00	定員制35名	12:15-13:00 大室 英子 【有料スクール】					定員制40名 グループファイト 14:50-15:35 高橋 勇斗	定員制40名 キッズ 15:30-16:30				【Dancingスクール】	定員制40名 キッズ 15:15-16:15 高木 愛澄 【有料スクール】			フィットネス会員のみ参加可能 ※バスオールの必須
12:30	Group Power 12:30-13:15 寺崎 瞬	定員制42名 (映像) Group Groove 13:15-13:45					定員制40名 キッズ 16:30-17:20 増田道場	定員制40名 ジュニア1 16:30-17:30 齋藤 美羽				定員制40名 キッズ 16:30-17:30 齋藤 美羽	定員制35名 ジュニア2 17:30-18:30 齋藤 美羽			Hot Yoga ベーシック 15:30-16:30
13:00	定員制40名	【映画】 Group Groove 13:15-13:45					定員制40名 ジュニア2 17:30-18:20 増田道場	定員制40名 ジュニア3 18:30-19:20 増田道場				定員制40名 グループファイト 20:00-20:45 DAISUKE	定員制42名 (映像) Group Centergy 19:15-19:45			キッズ 15:30-16:30
13:30	ウォーカリズム 13:30-14:15 福岡純子						【有料スクール】 キッズ 極真カラテ 17:30-18:20 増田道場	【有料スクール】 キッズ 極真カラテ 18:30-19:20 増田道場				定員制40名 グループファイト 20:00-20:45 DAISUKE	定員制42名 (映像) Group Centergy 19:15-19:45			キッズ 16:00-16:30
14:00	定員制35名						【有料スクール】 ジュニア 17:30-18:15 増田 健一	【有料スクール】 ジュニア 18:00-18:45 R A N				定員制40名 グループファイト 20:00-20:45 DAISUKE	定員制42名 (映像) Group Centergy 19:15-19:45			Hot Yoga ベーシック 16:15-16:45 菊池 久美
14:30	定員制40名	【映画】 Group Groove 13:15-13:45				【有料スクール】 ジュニア 17:30-18:15 増田 健一	【有料スクール】 ジュニア 18:00-18:45 R A N				定員制40名 グループファイト 20:00-20:45 DAISUKE	定員制42名 (映像) Group Centergy 19:15-19:45			ジュニア1 16:30-17:30	
15:00	グループブラスト 14:30-15:15 田中 龍時					【有料スクール】 ジュニア 17:30-18:15 増田 健一	【有料スクール】 ジュニア 18:00-18:45 R A N				定員制40名 グループファイト 20:00-20:45 DAISUKE	定員制42名 (映像) Group Centergy 19:15-19:45			ジュニア2 17:30-18:30	
15:30	【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	【有料スクール】 ジュニア 18:00-18:45 R A N				定員制40名 グループファイト 20:00-20:45 DAISUKE	定員制42名 (映像) Group Centergy 19:15-19:45			ジュニア3 18:30-19:30	
16:00	【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	【有料スクール】 ジュニア 18:00-18:45 R A N				定員制40名 グループファイト 20:00-20:45 DAISUKE	定員制42名 (映像) Group Centergy 19:15-19:45			Hot Yoga ベーシック 17:30-18:00 菊池 久美	
16:30	アフタースクール 14 : 00-19 : 00					【有料スクール】 ジュニア 17:30-18:15 増田 健一	【有料スクール】 ジュニア 18:00-18:45 R A N				定員制40名 グループファイト 20:00-20:45 DAISUKE	定員制42名 (映像) Group Centergy 19:15-19:45			ジュニア1 16:30-17:30	
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	【有料スクール】 ジュニア 18:00-18:45 R A N				定員制40名 グループファイト 20:00-20:45 DAISUKE	定員制42名 (映像) Group Centergy 19:15-19:45			Hot Yoga ベーシック 17:30-18:00 菊池 久美	
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	【有料スクール】 ジュニア 18:00-18:45 R A N				定員制40名 グループファイト 20:00-20:45 DAISUKE	定員制42名 (映像) Group Centergy 19:15-19:45			ジュニア2 17:30-18:30	
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	【有料スクール】 ジュニア 18:00-18:45 R A N				定員制40名 グループファイト 20:00-20:45 DAISUKE	定員制42名 (映像) Group Centergy 19:15-19:45			Hot Yoga ベーシック 17:30-18:00 菊池 久美	
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	【有料スクール】 ジュニア 18:00-18:45 R A N				定員制40名 グループファイト 20:00-20:45 DAISUKE	定員制42名 (映像) Group Centergy 19:15-19:45			ジュニア3 18:30-19:30	
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	【有料スクール】 ジュニア 18:00-18:45 R A N				定員制40名 グループファイト 20:00-20:45 DAISUKE	定員制42名 (映像) Group Centergy 19:15-19:45			Hot Yoga ベーシック 19:00-19:45 菊池 久美	
19:30	定員制40名	【映画】 Group Centergy 19:15-19:45				【有料スクール】 ジュニア 17:30-18:15 増田 健一	【有料スクール】 ジュニア 18:00-18:45 R A N				定員制40名 グループファイト 20:00-20:45 DAISUKE	定員制42名 (映像) Group Centergy 19:15-19:45			Hot Yoga ベーシック 19:00-19:45 菊池 久美	
20:00	グループファイト 20:00-20:45 木坂 碧	定員制42名				【有料スクール】 ジュニア 17:30-18:15 増田 健一	【有料スクール】 ジュニア 18:00-18:45 R A N				定員制40名 グループファイト 20:00-20:45 DAISUKE	定員制42名 (映像) Group Centergy 19:15-19:45			Hot Yoga ベーシック 19:00-19:45 菊池 久美	
20:30	定員制28名 VOLTBOXmaximum [share] 21:00-21:45 木坂 碧	【ハワダンススクール】				【有料スクール】 ジュニア 17:30-18:15 増田 健一	【有料スクール】 ジュニア 18:00-18:45 R A N				定員制40名 グループファイト 20:00-20:45 DAISUKE	定員制42名 (映像) Group Centergy 19:15-19:45			Hot Yoga ベーシック 19:00-19:45 菊池 久美	
21:00	【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	【有料スクール】 ジュニア 18:00-18:45 R A N				定員制40名 グループファイト 20:00-20:45 DAISUKE	定員制42名 (映像) Group Centergy 19:15-19:45			Hot Yoga ベーシック 19:00-19:45 菊池 久美	
21:30	【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	【有料スクール】 ジュニア 18:00-18:45 R A N				定員制40名 グループファイト 20:00-20:45 DAISUKE	定員制42名 (映像) Group Centergy 19:15-19:45			Hot Yoga ベーシック 19:00-19:45 菊池 久美	
22:00						【有料スクール】 ジュニア 17:30-18:15 増田 健一	【有料スクール】 ジュニア 18:00-18:45 R A N				定員制40名 グループファイト 20:00-20:45 DAISUKE	定員制42名 (映像) Group Centergy 19:15-19:45			Hot Yoga ベーシック 19:00-19:45 菊池 久美	
22:30						【有料スクール】 ジュニア 17:30-18:15 増田 健一	【有料スクール】 ジュニア 18:00-18:45 R A N				定員制40名 グループファイト 20:00-20:45 DAISUKE	定員制42名 (映像) Group Centergy 19:15-19:45			Hot Yoga ベーシック 19:00-19:45 菊池 久美	
23:00						【有料スクール】 ジュニア 17:30-18:15 増田 健一	【有料スクール】 ジュニア 18:00-18:45 R A N				定員制40名 グループファイト 20:00-20:45 DAISUKE	定員制42名 (映像) Group Centergy 19:15-19:45			Hot Yoga ベーシック 19:00-19:45 菊池 久美	

	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														
10:00	9:30-10:15 Group Power 田中 龍時	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
10:30	定員制40名	健康操 9:40-10:25 中谷 一江	REBORN'S SWIM ～水～ (有料スクール) 9:30-10:30	木-1 定員16名	木-1 定員16名	木-1 定員16名	木-1 定員16名	木-1 定員16名	木-1 定員16名	木-1 定員16名	木-1 定員16名	木-1 定員16名	木-1 定員16名	木-1 定員16名	木-1 定員16名
11:00	●	リトモス 10:30-11:15 いづみ	ベビースクール 10:30-11:30	ホットヨガ ベーシック 10:30-11:15 御手洗 香代	ベビースクール 10:30-11:30	ベビースクール 10:30-11:30	ベビースクール 10:30-11:30	ベビースクール 10:30-11:30	ベビースクール 10:30-11:30	ベビースクール 10:30-11:30	ベビースクール 10:30-11:30	ベビースクール 10:30-11:30	ベビースクール 10:30-11:30	ベビースクール 10:30-11:30	ベビースクール 10:30-11:30
11:30	●	定員制40名	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
12:00	●	トラディショナルヨガ 11:30-12:15 ayumi	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
12:30	定員制40名	【バリエーションスクール】	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
13:00	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】	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
13:30	定員制40名	【無料サークル】	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
14:00	●	サークル 13:00-13:30	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
14:30	●	1・3・5週目 健康サークル 2・4週目 ウォーキングサークル	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
15:00	定員制40名	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
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	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
23:00	マシニング・ボール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00					マシニング・ボール利用時間は 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)					マシニング・ボール利用時間は 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)				

■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す。(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、パーソナルフルタイム会員、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。
- ・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。

または、インスタグラム(megalos-online)からも確認いただけます。

