

スタジオ・アクアスケジュール Time Line For Studio,Gym,Aqua

MEGALOS HACHIOUJI Time Line For Studio , Gym , Aqua

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】				定員制35名	【シニアスクール】				定員制40名	定員制42名			
9:30	トладыシヨナルヨ-ガ 9:30-10:15 AUM(アウム)	REBORNS FIT ~リボ-ンスフィット~ 9:15-10:15 寺崎 瞬 【有料スクール】				ボデイデザイン ピラティス 9:00-9:30 黒月 彩希	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-ガ 9:05-9:35 AUM(アウム)	(映像) Group Blast 9:05-9:35			
10:00	定員制40名	定員制42名				定員制35名	定員制42名				定員制40名	【シニアスクール】			水-1 定員16名
10:30	パワ-ヨ-ガ 10:30-11:15 AUM(アウム)	リトモス 10:30-11:15 若田 香織				エンジョイステップ 9:50-10:30 SONOKO	ボデイメイクエアロ 10:15-11:00 坂口 典子				水中運動スクール 9:20-10:00	バルトンソ-ルシンセシス 9:50-10:35 村田 美和	REBORNS FIT ~リボ-ンスフィット~ 10:00-11:00 谷内 成美 【有料スクール】		ゆ-の歩行 9:30-9:50
11:00	【ヨ-ガスクール】	定員制42名				スマイルアクアダンス 10:30-11:00	定員制40名				定員制40名	定員制40名			Hot Yoga 10:00-10:30 10:10-10:20
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 【フラダンススクール】				バーニングエアロ 10:50-11:35 SONOKO	定員制42名				【無料サークル】	火-1 定員16名			Hot Yoga 10:00-10:45 AUM(アウム)
12:00	定員制35名	定員制42名				定員制40名	定員制22名				サークル 11:00-11:30	火-2 定員16名			Hot Yoga 10:35-11:05 工藤 哲也
12:30	Group Power 12:30-13:15 寺崎 瞬	定員制42名				ZUMBA 11:50-12:35 比賀 桂子	【Vレエスクール】				Hot Yoga ベ-シック 12:15-13:00 MAKIE	定員制40名			水-2 定員16名
13:00	定員制40名	(映像) Group Groove 13:15-13:45				スマイルトレーニング 12:00-12:30	定員制35名				平泳ぎ・バタフライ(入門) 12:30-12:50	定員制40名			Hot Yoga ベ-シック 12:15-12:45
13:30	定員制40名	【女性専用】定員制16名				キッズ 15:30-16:30	定員制40名				ZUMBA 12:35-13:20 工藤 哲也	定員制35名			Hot Yoga ベ-シック 12:15-12:45
14:00	定員制35名	【有料スクール】				ジュニア1 16:30-17:30	定員制40名				特別プログラム (有料登録制) 14:00-15:00	定員制40名			Hot Yoga ベ-シック 12:15-12:45
14:30	Group Blast 14:30-15:15 田中 龍時	【有料スクール】				ジュニア2 17:30-18:30	定員制40名				【Dancingスクール】	定員制40名			Hot Yoga ベ-シック 12:15-12:45
15:00	定員制40名	【有料スクール】				ジュニア3 18:30-19:30	定員制35名				【有料スクール】	定員制26名			Hot Yoga ベ-シック 12:15-12:45
15:30	定員制40名	【有料スクール】				キッズ 19:30-21:15	定員制40名				【有料スクール】	定員制42名			Hot Yoga ベ-シック 12:15-12:45
16:00	定員制40名	【有料スクール】				キッズ 19:30-21:15	定員制42名				【有料スクール】	定員制42名			Hot Yoga ベ-シック 12:15-12:45
16:30	定員制40名	【有料スクール】				キッズ 19:30-21:15	定員制42名				【有料スクール】	定員制42名			Hot Yoga ベ-シック 12:15-12:45
17:00	定員制40名	【有料スクール】				キッズ 19:30-21:15	定員制42名				【有料スクール】	定員制42名			Hot Yoga ベ-シック 12:15-12:45
17:30	定員制40名	【有料スクール】				キッズ 19:30-21:15	定員制42名				【有料スクール】	定員制42名			Hot Yoga ベ-シック 12:15-12:45
18:00	定員制40名	【有料スクール】				キッズ 19:30-21:15	定員制42名				【有料スクール】	定員制42名			Hot Yoga ベ-シック 12:15-12:45
18:30	定員制40名	【有料スクール】				キッズ 19:30-21:15	定員制42名				【有料スクール】	定員制42名			Hot Yoga ベ-シック 12:15-12:45
19:00	定員制40名	【有料スクール】				キッズ 19:30-21:15	定員制42名				【有料スクール】	定員制42名			Hot Yoga ベ-シック 12:15-12:45
19:30	定員制40名	【有料スクール】				キッズ 19:30-21:15	定員制42名				【有料スクール】	定員制42名			Hot Yoga ベ-シック 12:15-12:45
20:00	定員制40名	【有料スクール】				キッズ 19:30-21:15	定員制42名				【有料スクール】	定員制42名			Hot Yoga ベ-シック 12:15-12:45
20:30	定員制40名	【有料スクール】				キッズ 19:30-21:15	定員制42名				【有料スクール】	定員制42名			Hot Yoga ベ-シック 12:15-12:45
21:00	定員制40名	【有料スクール】				キッズ 19:30-21:15	定員制42名				【有料スクール】	定員制42名			Hot Yoga ベ-シック 12:15-12:45
21:30	定員制40名	【有料スクール】				キッズ 19:30-21:15	定員制42名				【有料スクール】	定員制42名			Hot Yoga ベ-シック 12:15-12:45
22:00	定員制40名	【有料スクール】				キッズ 19:30-21:15	定員制42名				【有料スクール】	定員制42名			Hot Yoga ベ-シック 12:15-12:45
22:30	定員制40名	【有料スクール】				キッズ 19:30-21:15	定員制42名				【有料スクール】	定員制42名			Hot Yoga ベ-シック 12:15-12:45
23:00	定員制40名	【有料スクール】				キッズ 19:30-21:15	定員制42名				【有料スクール】	定員制42名			Hot Yoga ベ-シック 12:15-12:45

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

1・3・5週目 ウォーキングサークル 2・4週目 ランニングサークル

● =担当者変更、内容変更、時間変更があるクラス

スタジオ・アクアスケジュール Time Line For Studio, Gym, Aqua

MEGALOS HACHIOUJI Time Line For Studio, Gym, Aqua

Main schedule table with columns for Studio A, Studio B, and Aqua, and rows for time slots from 9:00 to 23:00. Includes class names like '木-1 定員16名', '土-1 定員16名', and '日-1 定員16名'.

● =担当変更、内容変更、時間変更があるクラス

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)

■スタジオレッスンについて
■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。

