22:30

23:00

=担当者変更、内容変更、時間変更があるクラス

## メガロス八王子

MEGALOS 2025/12 11月17日更新 スタジオスケジュール Time Line For Studio, Gym ルフレ八王子のスケジュールに関してはルフレのスケジュールをご確認ください。 営業開始 8:30 営業開始 8:30 営業開始 8:30 定員制40名 9:00 9:00 ボディデザイン ピラティス トラディショナルヨーガ 【シニアスクール】 REBORNS FIT Group Groove 9:00-9:30 8:50-9:35 ~リボーンズフィット~ REBORNS FIT 9:00-9:45 定員制40名 AUM(アウム) 9:30 9:00-10:00 9:30 伊東 花隠 ~リボーンズフィット~ 谷内 成美 トラディショナルヨーガ 9:15-10:15 定員制35名 定員制40名 【有料スクール】 9:30-10:15 【シニアスクール】 伊藤 実知子 10:00 Tンジョイステップ 10:00 バレトンソールシンセシス AUM(アウム) 【有料スクール】 REBORNS FIT 9:50-10:30 定員制42名 9.50-10.35 ~リボーンズフィット~ SONOKO 定員制42名 村田 美和 定員制40名 ボディメイクエアロ 10:30 10.00-11.00 10:30 10:15-11:00 リトモス 谷内 成美 パワーヨーガ 定員制40名 定員制40名 坂口 典子 【有料スクール】 10:30-11:15 10:30-11:15 【無料サークル】 11:00 11:00 バーニングエアロ ヴォーカリズム AUM(アウム) 岩田 香織 定員制35名 定員制42名 サークル 10:50-11:35 10:50-11:35 歌ってmove 【ヨーガスクール】 11:00-11:30 定員制42名 フラダンス SONOKO 小須 亨 Group Centergy 11:30 11:15-11:45 11:30 11:15-12:00 11:25-12:15 荒井 幸紀 定員制40名 11:30-12:00 木戸 捺水 AUM(アウム) エンジョイエアロ 1・3调目 大室 英子 12:00 【有料スクール】 12:00 ZUMBA やさしいバレエ 11:50-12:20 健康サークル 【フラダンススクール】 定員制35名 11:50-12:35 12:00-12:30 2•4週目 工藤 哲也 Group Power 比気 桂子 ウォーキングサークル 12:15-13:00 KAKO 定員制40名 12:15-12:45 12:30 12:30 TOBIPPA 大室 英子 【バレエスクール】 木戸 捺水 12:30-13:00 定員制35名 ZUMBA 【有料スクール】 定員制35名 田内 壱太 12:35-13:20 13:00 13:00 ボディデザインピラティス 12:45-13:45 定員制42名 工藤 哲也 ビューティフローピラティス 12:50-13:35 KAKO 13:00-13:45 定員制40名 大山 幸子 【有料スクール】 13:30 13:15-13:45 定員制40名 13:30 RAN 木戸 捺水 ヴォーカリズム 定員制40名 バーニングエアロ 13:30-14:15 13:35-14:20 14:00 トラディショナルヨーガ 14:00 福嶋 純子 高木 愛澄 【女性専用】定員制12名 13:50-14:35 14:00-14:30 【ピラティス】 MAKIE 定員制35名 谷内 成美 フィットネス会員のみ参加可能 14:30 定員制40名 14:30 infinity~flow~ Group Blast Dansing® 14:15-15:00 定員制40名 ※バスタオル必須 14:30-15:15 14:35-15:05 中西 美早 Group Fight 定員制16名 奇数週 山﨑 敦也 15:00 15:00 高木 愛澄 室温は常温となります 14:50-15:35 偶数週 高橋 勇斗 15:00-15:30 奇数週 高橋 勇斗 ※隔週で担当者が変わります 谷内 成美 フィットネス会員のみ参加可能 15:30 15:30 偶数週 中西 美早 15:15-16:15 【有料スクール】 ※バスタオル必須 高木 愛澄 スカッシュスクール 【有料スクール】 初心者 16:00 16:00 15:30-16:25 増田 健一 アフタースクール アフタースクール アフタースクール 16:30 16:30 14:00-19:00 【有料スクール】 14:00-19:00 14:00-19:00 【有料スクール】 【有料スクール】 キッズ 極真カラテ キッズ チアダンス ジュニア1 リトル 17:00 17:00 [Hopスター] 16:30-17:15 16:30-17:20 【有料スクール】 増田 健一 16:30-17:30 増田道場 ミライクアスリート 齋藤 美羽 17:30 17:30 16:10~18:30 【有料スクール】 【有料スクール】 【有料スクール】 【有料スクール】 キッズ 極真カラテ ジュニア2 キッズ チアダンス キッズダンススクール ジュニア 18:00 [Stepスター] 18:00 17:30-18:15 17:30-18:20 17:30-18:30 増田 健一 17:30-18:30 増田道場 DAISUKE 齋藤 美羽 18:30 18:30 【有料スクール】 ボディメイクサークル 【有料スクール】 キッズ 極真カラテ キッズダンススクール アドバンス 19:00 【無料サークル】 19:00 定員制16名 ※女性専用 TOBIPPA 18:30-19:30 18:30-19:20 【有料スクール】 定員制42名 定員制35名 Fitness 定員制42名 増田道場 DAISUKE スカッシュスクール (映像) Group Centergy (映像) Group Power 19:10~19:40 (映像) Group Fight 19:00-19:30 19:30 19:30 初中級者 19:15-19:45 19:15-19:45 木戸 捺水 19:15-19:45 19:00-19:55 増田 健一 定員制40名 定員制42名 定員制40名 定員制42名 20:00 定員制35名 定員制35名 20:00 【有料スクール】 Group Fight フリースタイルSTAGE リトモス (映像) Group Fight Group Blast スカッシュスクール 20:00-20:45 20:00-20:45 20:00-20:45 (映像) Group Power 20:00-20:45 20:00-20:45 20:30 20:30 初心者 木坂 碧 DAISUKE 三嶋 喜美代 20:00-20:45 山﨑 敦也 20:00-20:55 増田 健一 定員制28名 【ハウスダンススクール】 定員制42名 21:00 定員制28名 定員制42名 21:00 VOLTBOXmaximum 定員制26名 TOBIPPA (映像) Group **VOLTBOX**maximum [share] 21:00-22:00 [share] (映像) Group Groove Centergy 21:00-21:45 21:30 DAISUKE 21:15-21:45 21:30 21:00-21:45 21:00-21:45 21:00-21:45 木坂 碧 【有料スクール】 間木平 華菜 田内 壱汰 22:00 22:00

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時間会員は夜間利用可能)

22:30

23:00

=担当者変更、内容変更、時間変更があるクラス

2025/12

## メガロス八王子

ルフレ八王子のスケジュールに関してはルフレのスケジュールをご確認ください。

11月17日更新

、タジオスケジュ<u>ール Time Line For Studio , Gym</u> 営業開始 8:30 【有料スクール】 【有料スクール】 9:00 ラジオ体掉 ミライク ミライク 営業開始 9:30 【有料スクール】 【有料スクール】 ジュニア A (子供) ジュニア B (子供) 9:00-9:10 営業開始 10:00 ミライク ミライク **宇昌制35名/40名** 8:30-9:30 8:45-9:45 9:30 ベビー(子供) キッズ(子供) 9:30 定員制42名 奇数週 Group Power 8:30-9:15 8:15-9:15 偶数週 Group Fight キッズ(子供) ジュニア(子供) 健美操 9:30-10:15 【有料スクール】 10:00 10:00 9:30-10:30 9:30-10:30 9.40-10.25 こどもイベント枠 RYUJI ミライク 中谷 一江 9:35~10:35 キッズ (子供) 定員制40名 10:30 10:30 9:50-10:50 定員制42名 定員制40名 リトモス 【有料スクール】 エンジョイエアロ 10:30-11:15 ミライク コアデザイン トラディショナルヨーガ 11:00 10:40-11:20 11:00 いづみ キッズ(子供) 10:45-11:30 10:55-11:25 中谷 一江 【有料スクール】 10:30-11:30 御手洗 香代 浅見 公貴 kidsHiphopダンス 定員制40名 11:30 11:30 11:00-12:00 定員制22名 トラディショナルヨーガ エンジョイエアロ 定員制28名 【有料スクール】 KAORU 11:30-12:15 ミライク 11:40-12:10 VOLTBOX maximum 12:00 11:45-12:15 12:00 ayumi 浅見 公貴 [share] ジュニア(子供) 浅見 千佳 定員制42名 11:30-12:30 11:50-12:35 定員制40名 【バレエスクール】 田内 壱汰 12:30 12:30 トラディショナルヨーガ ラテンEXコンサルサ 太極拳 12:20-13:05 12:30-13:00 12:30-13:15 层枝 12:30-13:45 TOMOKO TOBIPPA 13:00 13:00 鈴木 明人 浅貝 千佳 やさしいフリースタイル(初級) 定員制40名 12:55-13:25 定員制35名 【有料スクール】 13:05-13:35 間木平 華菜 定員制40名 DsD ZUMBA 13:30 (映像) Group Power 13:30 井内 伸幸 13:15-14:00 13:20-13:50 定員制35名 13:30-14:00 定員制42名 TOMOKO フリースタイルNEXT(中級) 高木 愛澄 Group Blast 14:00 14:00 13:50-14:20 13:45-14:30 ボディデザイン ピラティス 井内 伸幸 RYUJI バーニングエアロ VOLTBOX[share] 14:05-14:45 14:30 定日型40名 14:30 14:10-14:55 14:20-14:50 西村 知里 フリースタイルSTAGE(上級) 定員制40名 高木 愛澄 荒井 幸紀 14:35-15:05 定員制42名 Group Fight 15:00 15:00 井内 伸幸 14:45-15:30 定員制40名 15:00-15:30 ホットストレッチ RYUJI Group Groove YUKARI 【有料スクール】 15:30 15:15-15:45 15:30 15:15-16:00 【ベリーダンススクール】 ミライクアスリート 定員制40名 山﨑 敦也 フィットネス会員のみ参加可能 【有料スクール】 荒井 幸紀 14:20~17:00 ミライク 15:45-16:30 Group Groove 16:00 ※バスタオル必須 16:00 ホットストレッチ キッズ(子供) 15:45-16:30 YUKARI 16:00-16:30 【有料スクール】 15:30-16:30 RYUJI アフタースクール 谷内 成美 フィットネス会員のみ参加可能 16:30 【女性専用】定員制12名 16:30 14:00-19:00 【有料スクール】 Fitness 定員制35名 【ピラティス】 ※バスタオル必須 キッズ 極真カラテ infinity~flow~ リトル 【有料スクール】 17:00 17:00 16:35-17:20 【有料スクール】 (映像) Group Centergy 16:30-17:20 ミライク 16:45-17:30 間太平 華菜 KidsGirlsHipHopダンス 増田道場 ラン(子供) 16:50-17:50 室温は常温となります 17:30 17:30 16:45-17:45 【有料スクール】 misaki 定員制35名 キッズ 極真カラテ Fitness 定員制42名 ジュニア 18:00 18:00 (映像) Group Power 17:30-18:20 【有料スクール】 17:45-18:30 増田道場 (映像) Group Fight K-POPダンス 18:00-18:45 18:30 18:30 18:00-19:00 【有料スクール】 キッズ 極真カラテ misaki Fitness 定員制35名 アドバンス 19:00 19:00 18:30-19:20 Fitness 定員制42名 增田道場 (映像) Group Power (映像) Group Groove 19:30 19:00-19:45 19:30 19:15-19:45 マシンジム・プール利用時間は 19:50まで 施設閉館時間 20:00 定員制42名 定員制42名 (24時間会員は夜間利用可能) 20:00 20:00 VOLTBOX[share] Group Centergy 20:00-20:30 ■スタジオレッスンについて (映像) Group Blast 20:00-20:45 間木平 華菜 ・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) 20:00-20:45 20:30 20:30 中西 美早 ・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、 Fitness all Theater Fitness Theater 定員制42名 定員制40名/35名 奇数週 Group Fight 定員制42名 21:00 21:00 レギュラー会員、U-29会員、U-35会員、U-39会員、パパママ会員、パーソナルフルタイム会員、 偶数週 Group Powe レギュラー24 h 会員、U-29 24 h 会員、U-35 24h会員、U-39 24h会員、パパママ24h会員の方は8枠。 (映像) Group Blast (映像) Group Centergy 21:00-21:45 その他会員種別は6枠が予約可能となります。 21:00-21:45 21:00-21:45 オンラインスケジュールはこちら。 21:30 21:30 奇数週 高橋 勇斗 または、インスタグラム (megalos-online ・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. 偶数调 川合 涼太 ※隔调で担当者が変わります からもご確認いただけます。 ・WEB予約締め切りは、レッスン開始5分前です。 22:00 22:00 ・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。 =担当者変更、内容変更、時間変更があるクラス ・急な休講・変更がある場合がございます。 22:30 22:30 <u>マシンジム・プール利用時間は 22:20 まで 施設閉館時間 22:30</u> ■Fitness Theaterについて (24時間会員は夜間利用可能) スクリーンに映像を流しおこなうレッスンです。 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 23:00 23:00 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