

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。

MEGALOS HACHIOUJI Time Line For Studio , Gym													
	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	Refle Studio	スタジオA	スタジオB	スカッシュコート	Refle Studio	スタジオA	スタジオB	スカッシュコート	Refle Studio	
	営業開始 8:30				営業開始 8:30				営業開始 8:30				
9:00						【シニアスクール】			定員制40名	定員制42名			
9:30	定員制40名					REBORNS FIT ～リボーンズフィット～ 9:00-10:00 谷内 成美 【有料スクール】			トラディショナルヨーガ 8:50-9:35 AUM(アウム)	定員制42名			
10:00	トラディショナルヨーガ 9:30-10:15 AUM(アウム)				定員制35名				定員制40名				
10:30	定員制40名	定員制42名			エンジョイステップ 9:50-10:30 SONOKO	定員制42名			パレトソールシンセシス 9:50-10:35 村田 美和	【シニアスクール】			
11:00	パワーヨーガ 10:30-11:15 AUM(アウム)	リトモス 10:30-11:15 岩田 香織			定員制40名	ボディメイクエアロ 10:15-11:00 坂口 典子		【無料サークル】2・4週目	定員制40名	REBORNS FIT ～リボーンズフィット～ 10:00-11:00 谷内 成美 【有料スクール】			
11:30	【ヨーガスクール】	定員制42名			バーニングエアロ 10:50-11:35 SONOKO	定員制35名		ウォーキングサークル 11:00-11:30	定員制40名	ヴォーカリズム 10:50-11:35 小須 亨	定員制42名		
12:00	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			定員制40名	歌ってmove 11:15-11:45 荒井 幸紀			定員制40名	(映像) Group Centergy 11:15-12:00			
12:30	定員制26名	【フラダンススクール】			ZUMBA 11:50-12:35 比氣 桂子	定員制22名			定員制40名	定員制35名			
13:00	TOBIPPA 12:30-13:00 高橋 把奈	12:15-13:00 大室 英子 【有料スクール】			定員制35名	やさしいバレエ 12:00-12:30 KAKO			定員制40名	(映像) Group Power 12:15-12:45			
13:30	定員制40名	定員制42名			ボディデザインピラティス 12:50-13:35 大山 幸子	【バレエスクール】			定員制40名	定員制35名			
14:00	ヴォーカリズム 13:30-14:15 福岡 純子	(映像) Group Centergy 13:15-13:45			定員制40名	12:45-13:45 KAKO 【有料スクール】			ZUMBA 12:35-13:20 工藤 哲也	定員制35名			
14:30	定員制35名			【女性専用】定員制12名	トラディショナルヨーガ 13:50-14:35 MAKIE				定員制40名	ビューティフルピラティス 13:00-13:45 R A N			
15:00	Group Blast 14:30-15:15 奇数週 山崎 敦也 偶数週 高橋 勇斗 ※隔週で担当者が変わります			【ピラティス】 infinity~flow~ 14:15-15:00 中西 美早 室温は常温となります	定員制40名			定員制16名	バーニングエアロ 13:35-14:20 高木 愛澄		定員制16名		
15:30					Group Fight 14:50-15:35 奇数週 高橋 勇斗 偶数週 中西 美早 ※隔週で担当者が変わります			ホットストレッチ 15:00-15:30 谷内 成美 フィットネス会員のみ参加可能 ※バスタオル必須	定員制40名	Dancing@ 14:35-15:05 高木 愛澄		定員制16名	
16:00									【有料スクール】	【Dancingスクール】			
16:30		アフタースクール 14:00-19:00							15:15-16:15 高木 愛澄 【有料スクール】				
17:00					【有料スクール】 スキャッシュスクール 初心者 15:30-16:25 増田 健一					アフタースクール 14:00-19:00			
17:30					【有料スクール】 ジュニア1 16:30-17:15 増田 健一								
18:00					【有料スクール】 ジュニア2 17:30-18:15 増田 健一								
18:30													
19:00					【有料スクール】 キッズ 極真カラテ 16:30-17:20 増田道場								
19:30					【有料スクール】 キッズ 極真カラテ ジュニア 17:30-18:20 増田道場								
20:00					【有料スクール】 キッズ 極真カラテ アドバンス 18:30-19:20 増田道場								
20:30													
21:00													
21:30													
22:00													
22:30													
23:00													

● =担当者変更、内容変更、時間変更があるクラス

● =担当者変更、内容変更、時間変更があるクラス

● =入会から1年以内の女性専用クラス
● =担当者変更、内容変更、時間変更があるクラス

MEGALOS HACHIOUJI Time Line For Studio , Gym

Main schedule table with columns for days (木曜日, 土曜日, 日曜日) and time slots (9:00-23:00). Includes activity details like '予約不要 ラジオ体操', '定員制35名/40名', and '営業開始 8:30'. Includes a QR code and contact information at the bottom right.

🍀 = 入会から1年以内の女性専用クラス
🔴 = 担当者変更、内容変更、時間変更があるクラス

🍀 = 入会から1年以内の女性専用クラス

■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。
・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)
・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。
・急な休講・変更がある場合がございます。



2026年5月 メガロス八王子 アクアプログラムタイムスケジュール

	月曜日						火曜日						水曜日						木曜日										
	スクールプール			メンバープール			スクールプール			メンバープール			スクールプール			メンバープール			スクールプール			メンバープール							
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5
	【8:30 OPEN】						【8:30 OPEN】						【8:30 OPEN】						【8:30 OPEN】										
8:30																													
9:00																													
9:30																													
10:00													ゆづり修行 9:30~9:50						リボーンズスイム 9:30~10:30 (有料登録制)										
10:30							Aqua ZUMBA 10:00~10:30 工藤 哲也						スマイルアクアダンス30 10:00~10:30																
11:00	T-Crush30 10:30~11:00						<ベビースクール> 10:30~11:30						Aqua ZUMBA 10:35~11:05 工藤 哲也						<ベビースクール> 10:30~11:30										
11:30																													
12:00																			アクアシェイプ30 12:00~12:30 中谷 一江										
12:30	スイムトレーニング30 12:00~12:30												マスターズクラス 12:00~13:00 (有料登録制)						Ai Chi Basic 12:35~12:55 中谷 一江										
13:00	クロール・背泳ぎ【入門】 12:35~12:55																												
13:30	スイムスクール 13:00~14:00 (有料登録制) 初級・中級・上級						スイムスクール 13:00~14:00 (有料登録制) 初級・中級・上級						スイムスクール 13:00~14:00 (有料登録制) 初級・中級・上級						スイムスクール 13:00~14:00 (有料登録制) 初級・中級・上級										
14:00																													
14:30	リボーンズスイム 14:00~15:00 (有料登録制)						PL60 14:00~15:00						フンスイム 【定員20名】 14:10~14:30																
15:00																													
15:30	キッズスイミングスクール 準備 15:10~						キッズスイミングスクール 準備 15:10~						キッズスイミングスクール 準備 15:10~						キッズスイミングスクール 準備 15:10~										
16:00	キッズスイミング スクール (キッズクラス) 15:30~16:30						キッズスイミング スクール (キッズクラス) 15:30~16:30						キッズスイミングスクール (キッズクラス) 15:30~16:30						キッズスイミングスクール (キッズクラス) 15:30~16:30										
16:30																													
17:00	キッズスイミングスクール (ジュニア1クラス) 16:30~17:30						キッズスイミングスクール (ジュニア1クラス) 16:30~17:30						キッズスイミングスクール (ジュニア1クラス) 16:30~17:30						キッズスイミングスクール (ジュニア1クラス) 16:30~17:30										
17:30																													
18:00	キッズスイミングスクール (ジュニア2クラス) 17:30~18:30						キッズスイミングスクール (ジュニア2クラス) 17:30~18:30						キッズスイミングスクール (ジュニア2クラス) 17:30~18:30						キッズスイミングスクール (ジュニア2クラス) 17:30~18:30										
18:30																													
19:00	キッズスイミングスクール (ジュニア3クラス) 18:30~19:30						キッズスイミングスクール (ジュニア3クラス) 18:30~19:30						キッズスイミングスクール (ジュニア3クラス) 18:30~19:30						キッズスイミングスクール (ジュニア3クラス) 18:30~19:30										
19:30																			キッズスイミングスクール (選手クラス) 18:30~20:00										
20:00	キッズスイミングスクール (選手クラス) 18:30~21:15 ※19:30~21:15は選手の人数によ って全コース使用させていただきます。						キッズスイミングスクール (選手クラス) 18:30~21:15 ※19:30~21:15は選手の人数によ って全コース使用させていただきます。						キッズスイミングスクール (選手クラス) 18:30~21:15 ※19:30~21:15は選手の人数によ って全コース使用させていただきます。						スイムスクール 20:00~21:00 (有料登録制)										
20:30																													
21:00																													
21:30																			マスターズサークル 21:00~22:00 (有料登録制)										
22:00																													
22:30																													
	【プール: 22:50 CLOSE】																		【施設: 23:00 CLOSE】										

ご予約状況により、パーソナルレッスンで使用する場合がございます。

ご予約状況により、パーソナルレッスンで使用する場合がございます。

ご予約状況により、パーソナルレッスンで使用する場合がございます。

ご予約状況により、パーソナルレッスンで使用する場合がございます。

偶数月 クロール
奇数月 背泳ぎ

2026年5月 メガロス八王子 アクアプログラムタイムスケジュール

	土曜日						日曜日					
	スクールプール			メンバープール			スクールプール			メンバープール		
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
	[9:30 OPEN]						[10:00 OPEN]					
10:00	キッズスイミングスクール (ジュニア2クラス) 9:00~10:00						キッズスイミングスクール (ジュニア3クラス) 9:00~10:00					
10:30	<ベビースクール> 10:00~11:00						キッズスイミングスクール (ジュニア2クラス) 10:00~11:00					
11:00							キッズスイミングスクール (ジュニア1クラス) 11:00~12:00					
11:30	アクアダンス30 11:10~11:40											
12:00	マスターズサークル 11:45~12:45 (有料登録制)						キッズスイミングスクール (キッズクラス) 12:00~13:00					
12:30	キッズスイミングスクール 準備 12:45~											
13:00	キッズスイミングスクール (ジュニア1クラス) 13:00~14:00						キッズスイミング スクール (キッズクラス) 13:00~14:00					
13:30												
14:00	キッズスイミングスクール (キッズクラス) 14:00~15:00						スイムスクール 15:00~16:00 (有料登録制)			マスターズクラス 15:00~16:00 (有料登録制)		
14:30												
15:00	キッズスイミングスクール (キッズクラス) 15:00~16:00						キッズスイミングスクール (選手クラス) 16:00~18:00					
15:30												
16:00	キッズスイミングスクール (ジュニア1クラス) 16:00~17:00						キッズスイミングスクール (ジュニア2クラス) 17:00~18:00					
16:30												
17:00	キッズスイミングスクール (ジュニア2クラス) 17:00~18:00						キッズスイミングスクール (ジュニア3クラス) 18:00~19:00					
17:30												
18:00	キッズスイミングスクール (ジュニア3クラス) 18:00~19:00						キッズスイミングスクール (選手クラス) 18:00~20:00					
18:30												
19:00	キッズスイミングスクール (選手クラス) 18:00~20:00						【プール: 19:50 CLOSE】 【施設: 20:00 CLOSE】					
19:30												
20:00							【プール: 22:20 CLOSE】 【施設: 22:30 CLOSE】					
20:30												
21:00												
21:30												
22:00												

アクアプログラム参加方法

- ①お時間になりましたら、コーチ室側のレッスンコースにお集まりください。
- ②レッスンをお楽しみください。

アクアプログラム参加時の注意事項・ご案内

- * 同種目で「入門系プログラム」と「応用系プログラム」併せてのご参加はご遠慮ください。
- * スキル系レッスンの種目は、入門・応用ともに「偶数月 クロール・平泳ぎ、奇数月 背泳ぎ・バタフライ」となっております。
- * プログラムの定員は1コース12名までとなります。最大60名です。
- * レッスン開始後5分が過ぎたレッスンのへのご参加及び途中退場は安全管理上ご遠慮ください。
- * 体調管理をお願いいたします。体調に異変を感じた場合は早急にお近くのスイミングスタッフまでお申し出ください。(レッスン前に脈・血圧をご確認ください。)
- * 定員制のプログラムに関しては1時間前からプールカウンターにて受付いたします。(先着順)
- * スイムスクールは登録制(別料金)となります。

フリー遊泳日についてのご案内

フリー遊泳日ってなに？
⇒泳法・コンディショニング・ファン系のプログラムが中止となり、その時間帯フリーでプールをご利用いただけます。

- ※ 泳法・・・クロール・背泳ぎ【入門】など20分の泳ぎのプログラム
コンディショニング・・・ゆっくり歩行など
ファン系・・・スマイルアクアダンスやAqua ZUMBAなどのアクアビクスプログラム
- * スイムスクール・ベビースクール・キッズ・ジュニアスクール・選手クラスの有料プログラムは通常通り実施いたします。
- * フリー遊泳日は、プールカウンター・メガロス八王子HPにてご案内いたします。
- * HPは、メガロス八王子⇒休講・代行ページ内にてご案内しております。

施設利用時の注意事項・ご案内

- * プールご利用の際には必ずシャワーを浴び、お化粧は落とし、貴金属類は外してください。
- * レッスン開始時刻に参加者がいない場合は、クロースとなります。
- * ご案内しておりますコース帯は、プール利用状況により変更する場合がございます。
- * スクールで使用しないコースに関しては、フリーでの遊泳が可能となります。
- * イベント実施などによりスケジュール変更、中止になる場合がございます。
- * アクアビクス系レッスンは参加人数により、コース帯が変更になる場合がございます。

各種パーソナルレッスンのご案内

■ パーソナルレッスン (1回60分)
参加費 会員12,100円(税込) 一般14,520円(税込)

- ～受付の流れ～
- ①担当コーチとスケジュールを決める
 - ②メインフロントにてご入金

■ パーソナルレッスン (1回30分)
参加費 会員限定6,050円(税込)
受付開始日 毎月20日



形式: イベント
開催日: レッスン希望日
キーワード: スイミング

- ※ 予約状況によりコース帯が変わる場合がございます。
- ※ 二次元コードからのお申し込みとなります。
- ※ おひとり様2枠までとなります。
- ただし、受付開始日に限り、