



2026/7

メガロス八王子

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		9:00
9:30	定員制40名	定員制42名			定員制35名	REBORNS FIT ～リボーンズフィット～ 9:00-10:00 伊藤 実知子 【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)	Group Groove 8:55-9:40 伊東 花隠		9:30
10:00	トラディショナルヨーガ 9:30-10:15 AUM(アウム)	(映像) Group Fight 9:30-10:00			インジョイステップ 9:50-10:30 SONOKO	定員制42名			定員制40名	【シニアスクール】		10:00
10:30	定員制40名	定員制42名			定員制40名	ボディメイクエアロ 10:15-11:00 坂口 典子			パレトンスールシンセシス 9:50-10:35 村田 美和	REBORNS FIT ～リボーンズフィット～ 10:00-11:00 伊藤 実知子 【有料スクール】		10:30
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			バーニングエアロ 10:50-11:35 SONOKO	【女性専用】定員制30名 【ピラティス】 infinity～flow～ 11:15-11:45 荒井 幸紀	【無料サークル】2・4週目		定員制40名			11:00
11:30	【ヨーガスクール】	定員制42名 フラダンス			定員制40名	定員制22名			ヴォーカリズム 10:50-11:35 小須 亨	定員制42名		11:30
12:00	11:25-12:15 AUM(アウム) 【有料スクール】	11:30-12:00 大室 英子 【フラダンススクール】			ZUMBA 11:50-12:35 比気 桂子	定員制22名 やさしいバレエ 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35名	12:00
12:30	定員制26名 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	【バレエスクール】			定員制40名	(映像) Group Power 12:15-12:45		12:30
13:00		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	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		13:00
13:30	定員制40名	(映像) Group Centergy 13:15-13:45			定員制40名				定員制40名	ビューティフローピラティス 13:00-13:45 R A N		13:30
14:00	ヴォーカリズム 13:30-14:15 福岡 純子				トラディショナルヨーガ 13:50-14:35 MAKIE				バーニングエアロ 13:35-14:20 高木 愛澄		定員制16名	14:00
14:30	定員制35名			【女性専用】定員制12名	【ピラティス】 infinity～flow～ 14:15-15:00 中西 美早				定員制40名		ホットストレッチ 14:00-14:30 田内 香汰	14:30
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			室温は常温となります	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				Dansing@ 14:35-15:05 高木 愛澄		フィットネス会員のみ参加可能 ※バスタオル必須	15:00
15:30									定員制16名	【Dancingスクール】		15:30
16:00									ホットストレッチ 15:00-15:30 荒井 幸紀 フィットネス会員のみ参加可能 ※バスタオル必須	15:15-16:15 高木 愛澄 【有料スクール】		16:00
16:30												16:30
17:00												17:00
17:30												17:30
18:00												18:00
18:30												18:30
19:00												19:00
19:30												19:30
20:00												20:00
20:30												20:30
21:00												21:00
21:30												21:30
22:00												22:00
22:30												22:30
23:00												23:00
マシニング・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)												

● =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

● =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

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。

[illegible]