



2026/9

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												
	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	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 9 : 30				営業開始 10 : 00	
9:00	予約不要 ラジオ体操 9:00-9:10	定員制35名/40名	奇数週 Group Power 偶数週 Group Fight 9:30-10:15 RYUJI	定員制42名	【有料スクール】 ミライク ジュニア A (子供) 8:30-9:30	【有料スクール】 ミライク ジュニア B (子供) 8:45-9:45			【有料スクール】 ミライク ベビー(子供) 8:30-9:15 キッズ(子供) 9:30-10:30	【有料スクール】 ミライク キッズ(子供) 8:15-9:15 ジュニア(子供) 9:30-10:30		
9:30	定員制42名				【有料スクール】 ミライク キッズ (子供) 9:35~10:35	【有料スクール】 ミライク キッズ (子供) 9:50-10:50						
10:00	定員制40名 リトモス	定員制42名	健康操 9:40-10:25 中谷 一江	定員制35名 コアデザイン 10:55-11:25 浅見 公貴	【有料スクール】 kidsHiphopダンス 11:00-12:00 KAORU			定員制40名 トラディショナルヨーガ 10:45-11:30 御手洗 香代	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 10:30-11:30			
10:30	10:30-11:15 1.4.5週 三嶋 喜美代 2.3週 いづみ	定員制42名	定員制22名 エトワールバレエ 11:45-12:15 浅見 千佳	定員制40名 エンジョイエアロ 11:40-12:10 浅見 公貴	定員制42名							11:00
11:00	定員制40名	【バレエスクール】	12:30-13:45 浅見 千佳 【有料スクール】	ZUMBA 13:15-14:00 T O M O K O	トラディショナルヨーガ 12:20-13:05 房枝			定員制14名 VOLTBOX maximum 12:00-12:30 荒井 幸紀	【有料スクール】 ミライク ジュニア(子供) 11:30-12:30			
11:30	トラディショナルヨーガ 11:30-12:15 ayumi											定員制40名
12:00	定員制40名	DsD 13:30-14:00 高木 愛澄	アフタースクール 14 : 00-19 : 00	Group Groove 14:20-15:05 荒井 幸紀	ボディデザイン ピラティス 14:05-14:45 西村 知里			定員制35名 ホットストレッチ 15:15-15:45 高橋 佑宇 フィットネス会員のみ参加可能 ※バスタオル必須	定員制42名 Group Power 12:55-13:40 RYUJI	定員制42名 やさしいフリースタイル(初級) 13:05-13:35 井内 伸幸		
12:30	太極拳 12:30-13:15 鈴木 明人											定員制40名
13:00	定員制40名	バーニングエアロ 14:10-14:55 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	【有料スクール】 キッズ 極真カラテ リトル 16:30-17:20 増田道場	【有料スクール】 ミライク ラン(子供) 16:45-17:45			定員制40名 Group Blast 13:55-14:40 RYUJI	定員制42名 フリースタイルNEXT(中級) 13:50-14:20 井内 伸幸	定員制42名 フリースタイルSTAGE(上級) 14:35-15:05 井内 伸幸		
13:30	13:30-14:00 高木 愛澄											定員制40名
14:00	定員制40名	バーニングエアロ 14:10-14:55 高木 愛澄	アフタースクール 14 : 00-19 : 00	【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	【有料スクール】 ミライク ラン(子供) 16:45-17:45			定員制40名 Group Fight 14:55-15:40 RYUJI	定員制42名 フリースタイルNEXT(中級) 13:50-14:20 井内 伸幸	定員制42名 フリースタイルSTAGE(上級) 14:35-15:05 井内 伸幸		
14:30	14:10-14:55 高木 愛澄											定員制40名
15:00	定員制40名	バーニングエアロ 14:10-14:55 高木 愛澄	アフタースクール 14 : 00-19 : 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	【有料スクール】 ミライク ラン(子供) 16:45-17:45			定員制40名 Group Fight 14:55-15:40 RYUJI	定員制42名 フリースタイルNEXT(中級) 13:50-14:20 井内 伸幸	定員制42名 フリースタイルSTAGE(上級) 14:35-15:05 井内 伸幸		
15:30	15:00-15:45 高橋 佑宇											定員制40名
16:00	定員制40名	バーニングエアロ 14:10-14:55 高木 愛澄	アフタースクール 14 : 00-19 : 00	【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	【有料スクール】 ミライク ラン(子供) 16:45-17:45			定員制40名 Group Fight 14:55-15:40 RYUJI	定員制42名 フリースタイルNEXT(中級) 13:50-14:20 井内 伸幸	定員制42名 フリースタイルSTAGE(上級) 14:35-15:05 井内 伸幸		
16:30	16:00-16:30 山崎 敦也											定員制40名
17:00	定員制40名	バーニングエアロ 14:10-14:55 高木 愛澄	アフタースクール 14 : 00-19 : 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	【有料スクール】 ミライク ラン(子供) 16:45-17:45			定員制40名 Group Fight 14:55-15:40 RYUJI	定員制42名 フリースタイルNEXT(中級) 13:50-14:20 井内 伸幸	定員制42名 フリースタイルSTAGE(上級) 14:35-15:05 井内 伸幸		
17:30	17:00-17:50 misaki											定員制40名
18:00	定員制40名	バーニングエアロ 14:10-14:55 高木 愛澄	アフタースクール 14 : 00-19 : 00	【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	【有料スクール】 ミライク ラン(子供) 16:45-17:45			定員制40名 Group Fight 14:55-15:40 RYUJI	定員制42名 フリースタイルNEXT(中級) 13:50-14:20 井内 伸幸	定員制42名 フリースタイルSTAGE(上級) 14:35-15:05 井内 伸幸		
18:30	18:00-19:00 misaki											定員制40名
19:00	定員制40名	バーニングエアロ 14:10-14:55 高木 愛澄	アフタースクール 14 : 00-19 : 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	【有料スクール】 ミライク ラン(子供) 16:45-17:45			定員制40名 Group Fight 14:55-15:40 RYUJI	定員制42名 フリースタイルNEXT(中級) 13:50-14:20 井内 伸幸	定員制42名 フリースタイルSTAGE(上級) 14:35-15:05 井内 伸幸		
19:30	19:00-19:50 山崎 敦也											定員制40名
20:00	定員制40名	バーニングエアロ 14:10-14:55 高木 愛澄	アフタースクール 14 : 00-19 : 00	【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	【有料スクール】 ミライク ラン(子供) 16:45-17:45			定員制40名 Group Fight 14:55-15:40 RYUJI	定員制42名 フリースタイルNEXT(中級) 13:50-14:20 井内 伸幸	定員制42名 フリースタイルSTAGE(上級) 14:35-15:05 井内 伸幸		
20:30	20:00-20:20 山崎 敦也											定員制40名
21:00	定員制40名	バーニングエアロ 14:10-14:55 高木 愛澄	アフタースクール 14 : 00-19 : 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	【有料スクール】 ミライク ラン(子供) 16:45-17:45			定員制40名 Group Fight 14:55-15:40 RYUJI	定員制42名 フリースタイルNEXT(中級) 13:50-14:20 井内 伸幸	定員制42名 フリースタイルSTAGE(上級) 14:35-15:05 井内 伸幸		
21:30	21:00-21:45 高橋 勇斗											定員制40名
22:00	定員制40名	バーニングエアロ 14:10-14:55 高木 愛澄	アフタースクール 14 : 00-19 : 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	【有料スクール】 ミライク ラン(子供) 16:45-17:45			定員制40名 Group Fight 14:55-15:40 RYUJI	定員制42名 フリースタイルNEXT(中級) 13:50-14:20 井内 伸幸	定員制42名 フリースタイルSTAGE(上級) 14:35-15:05 井内 伸幸		
22:30	22:00-22:45 高橋 勇斗											定員制40名
23:00	定員制40名	バーニングエアロ 14:10-14:55 高木 愛澄	アフタースクール 14 : 00-19 : 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	【有料スクール】 ミライク ラン(子供) 16:45-17:45			定員制40名 Group Fight 14:55-15:40 RYUJI	定員制42名 フリースタイルNEXT(中級) 13:50-14:20 井内 伸幸	定員制42名 フリースタイルSTAGE(上級) 14:35-15:05 井内 伸幸		
	23:00-23:45 高橋 勇斗											定員制40名

2026年9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
	[8:30 OPEN]						[8:30 OPEN]						[8:30 OPEN]						[8:30 OPEN]					
8:30																								
9:00																								
9:30																								
10:00																								
10:30																								
11:00																								
11:30																								
12:00																								
12:30																								
13:00																								
13:30																								
14:00																								
14:30																								
15:00																								
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																								
	【プール: 22:30 CLOSE】						【施設: 23:00 CLOSE】						【施設: 23:00 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。

20名の定員制
1時間前より
プールサイドにて
台帳受付となります

偶数月 クロール
奇数月 背泳ぎ

※19:30~21:15は選手の数によって
全コース使用させていただきます。

※19:30~21:15は選手の数によって
全コース使用させていただきます。

※19:30~21:15は選手の数によって
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)

マスターズサークル
21:00~22:00
(有料登録制)

2026年9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	1	2	3	4	5	6	1	2	
	【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																	
11:30	T-Crush30 11：10～11：40								キッズスイミングスクール (ジュニア1クラス) 11：00～12：00								
12:00	マスターズサークル 11:45～12:45 (有料登録制)																
12:30												キッズスイミングスクール (キッズクラス) 12：00～13：00					
13:00	キッズスイミングスクール 準備 12：45～																
13:30	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 グ ス ク ル (キ ッ ズ ク ラ ス) 13：00～14：00								
14:00	キッズスイミングスクール (キッズクラス) 14：00～15：00																
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								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)						
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 (選手クラス) 16：00～18：00								
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																
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																
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																
19:30																	
20:00								【プール：19:30 CLOSE】 【施 設：20:00 CLOSE】									
20:30																	
21:00																	
21:30																	
22:00																	
【プール：22:00 CLOSE】 【施 設：22:30 CLOSE】																	

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ましては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などのアクアピクスプログラム

※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⇒休館・代行ページ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、クローズとなります。

※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。

※アクアピ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、

