



スタジオ月間スケジュール
代行休講情報は
こちらからもご確認ください



2025/9 メガロス市ヶ尾

※ピンク色の塗りつぶし枠は初心者向けレッスンです。
※スケジュールは変更になる可能性もございます。
※変更のあるレッスンは赤点線枠で囲んでおります。(変更内容は割愛させていただきます。)
※オレンジ色の塗りつぶし枠はプロジェクターに映像を投影するレッスンです。(無料で参加可能)

出力日

R7.8.31

MEGALOS ICHIGAO Time Line For Studio , Gym , Aqua

	月曜日			火曜日			水曜日			
	2FスタジオA	3FスタジオB	プール	2FスタジオA	3FスタジオB	プール	2FスタジオA	3FスタジオB	プール	
	成人アクアプログラムおよび 成人スイミングスクールは、 9/15(月・祝)より再開いたします			成人アクアプログラムおよび 成人スイミングスクールは、 9/15(月・祝)より再開いたします			成人アクアプログラムおよび 成人スイミングスクールは、 9/15(月・祝)より再開いたします			
9:30										
10:00	■定員45名 10:00-10:30 やすらぎヨーガ 吉田静枝	9:30-10:15 ベビーミライク		■定員35名 10:00-10:30 ボディメイクステップ 岡橋優子	■定員27名 10:00-10:30 トラディショナルヨーガ 山岸厚子	子どもスイミングスクール未定 ※詳細はホームページお知らせ をご確認ください。	■定員45名 9:45-10:15 フラダンス chie	9:30-10:15 ベビーミライク		
10:30	■定員45名 10:45-11:15 やさしいピラティス 吉田静枝	■定員15名 10:45-11:05 ポールdeスツキリ 片桐 翼	■定員36名 アクアダンス 10:30-11:00 村田智裕	■定員45名 10:50-11:20 ZUMBA 小山江里子	■定員27名 10:50-11:35 ボディデザインピラティス 山岸厚子		■定員45名 10:30-11:15 ZUMBA 谷岡奈央	■定員35名 10:35-11:05 フラダンス chie	10:30-10:50 平泳ぎ・バタフライ/入門 ■定員36名	
11:00		■定員28名 11:25-11:55 TOBIPPA 片桐翼	Aqua ZUMBA 11:10-11:40 村田智裕	■定員45名 11:35-12:05 ZUMBA 小山江里子			■定員45名 11:25-12:10 トラディショナルヨーガ 田中真紀	■定員30名 11:20-11:50 やさしいフリースタイル 西澤竜一	アクアシェイプ 11:00-11:30 小川万里	
11:30	■定員45名 11:45-12:30 リトモス 中尾桂子		■無料登録制 11:45-12:25 水中運動サークル 第2・4週目 谷地樹門		■定員27名 12:00-12:30 やすらぎヨーガ 山岸厚子					
12:00		■有料 12:10-13:10 REBORNS FIT キャスト		■定員33名 12:25-12:55 歌ってmove 藤本 弥那		■定員36名 12:00-12:45 アクアダンス 湯原聖子			■有料 スイムスクール 12:30-13:30 初級・中級	
12:30	■定員33名		■有料 スイムスクール 13:00-14:00 初級・中級 上級	■定員45名			■定員45名 12:30-13:15 ヴォーカリズム 井上香	■有料 12:05-13:05 フリースタイル スクール 西澤竜一		
13:00	12:45-13:30 Group Power 都築紀彦	■定員30名 13:25-13:55 入門太極拳 増岡美奈江			13:15~14:00 フラダンス 西山佳代	■有料 12:45-13:45 REBORNS FIT キャスト	子どもスイミングスクール未定 ※詳細はホームページお知らせ をご確認ください。			
13:30	■定員45名	■無料登録制 13:30-14:00 ウォーキングサークル(奇数週) ランニングサークル(偶数週) 黒須恵美子		■定員45名		■定員27名 13:55-14:25 ホットヨーガ・ベーシック 荻沼明美			子どもスイミングスクール未定 ※詳細はホームページお知らせ をご確認ください。	
14:00	13:45-14:30 Group Centergy 都築紀彦	■定員30名		14:15-15:00 太極拳 晶		■定員45名 14:15-15:00 Group Centergy 幸福陽子		■定員27名 13:55-14:25 ホットヨーガ・ベーシック 荻沼明美		
14:30	■定員45名 14:45-15:15 Group Fight 都築紀彦	14:10-14:55 太極拳 増岡美奈江	子どもスイミングスクール未定 ※詳細はホームページお知らせ をご確認ください。					【ホットスタジオ・中温】 ■定員27名		14:45-15:15 ホットヨーガ・アドバンス 荻沼明美
15:00						■定員27名 15:10-15:40 ホットヨーガ・ベーシック 林浩子		■定員27名		【ホットスタジオ・中温】
15:30	■定員45名 15:30-16:00 やさしいフリースタイル TAKE	15:15-16:15 ミライクキッズ (荇田北こども園兼用クラス)			15:15-16:15 ミライク キッズ	■定員27名 16:10-16:40 ホットヨーガ・アドバンス 林浩子	子どもスイミングスクール未定 ※詳細はホームページお知らせ をご確認ください。	15:15-16:15 ミライク キッズ		
16:00					16:15-17:15 ミライク ジュニア	■定員27名 17:00-17:30 ホットヨーガ・ベーシック 加藤りえ子		16:15-17:15 ミライク ジュニア	■定員27名 16:15~17:00 ホットヨーガ・アドバンス Mari	子どもスイミングスクール未定 ※詳細はホームページお知らせ をご確認ください。
16:30	■有料 16:15-17:15 フリースタイル スクール TAKE	16:15-17:15 ミライク ジュニア		17:15-18:15 ミライク RUN	■定員27名 19:00-19:45 ※女性限定 ホットヨーガ・ウエストシェイプ 中温 田中江里香			【ホットスタジオ・中温】		
17:00										
17:30		17:30-18:30 ジュニアダンススクール 西澤竜一					17:15-18:15 ミライク RUN			
18:00	17:40-18:40 キッズチア スクール					■有料 スイムスクール 19:30-20:30 【マスターズクラス】	■定員45名 19:00-19:45 Group Fight 飯田眞子	■定員30名 18:00-18:30 ジャズダンス 遠藤夏美		
18:30	■無料登録制 18:50-19:20 ウォーキングサークル(奇数週) ランニングサークル(偶数週) 小田祥臣			■定員33名 19:00-19:30 歌ってmove 檜垣直也	■定員27名 20:00-20:45 ホットヨーガ・ベーシック 中温 田中江里香		■定員45名 20:05-20:50 Group Power 片桐翼	■定員27名 18:45-19:15 やすらぎヨーガ 遠藤夏美		
19:00		■定員27名 19:25-19:55 ホットヨーガ・ベーシック AUM		■定員45名						
19:30	19:30-20:15 Group Groove 中馬亜梨沙	■定員27名 20:15-20:45 ホットヨーガ・アドバンス AUM		19:45-20:30 リトモス MIYA				■有料 19:30-20:30 スタジオレンタル ※予約が必要です。		■有料 スイムスクール 20:00-21:00 【初級・中級】
20:00	■定員45名	■無料登録制 20:30-21:15 ウォーキングサークル(奇数週) ランニングサークル(偶数週) 小田祥臣		■定員33名 20:45-21:30 Group Blast 藤本弥那						
20:30	20:30-21:15 Group Centergy 中馬亜梨沙	【ホットスタジオ・中温】								
21:00			スイムトレーニング 21:00-21:30				■定員45名 21:10-21:55 Group Groove 片桐翼			
21:30	■定員33名			■定員33名						
22:00	21:30-22:30 1日 8日 22日 Group Fight 29日 Group Centergy LEANBODY LIVE			21:50-22:20 Group Power(映像)						
22:30										
23:00	プール 利用時間は 22:50 まで (24H会員の方は終日マシンジムをご利用いただけます)			プール 利用時間は 22:50 まで (24H会員の方は終日マシンジムをご利用いただけます)			プール 利用時間は 22:50 まで (24H会員の方は終日マシンジムをご利用いただけます)			

						店舗情報				
						■営業時間		日曜日～水曜日 0:00～24:00		
								木曜日 0:00～23:00		
								土曜日 9:30～24:00		
						■休館日		毎週金曜日		
MEGALOS ICHIGAO Time Line For Studio , Gym , Aqua										
木曜日		土曜日		日曜日						
2FスタジオA	3FスタジオB	プール	2FスタジオA	3FスタジオB	プール	2FスタジオA	3FスタジオB	プール		
		成人アクアプログラムおよび 成人スイミングスクールは、 9/15(月・祝)より再開いたします			成人アクアプログラムおよび 成人スイミングスクールは、 9/15(月・祝)より再開いたします			成人アクアプログラムおよび 成人スイミングスクールは、 9/15(月・祝)より再開いたします		
		■有料 スイムスクール 09:45-10:45 初級・中級 上級			■定員36名 アクアダンス 10:00-10:45 倉田幸			子どもスイミングスクール未定 ※詳細はホームページお知らせ をご確認ください。	9:30	
■定員45名 10:00-10:30 エンジョイエアロ 八重樫ゆかり			■定員45名 10:00-10:30 やすらぎヨーガ AUM			■定員33名 9:45-10:30 Group Fight(映像)			09:30-10:30 ミライク ジュニア	10:00
■定員45名 10:45-11:15 ZUMBA GOLD 八重樫ゆかり			■定員45名 10:45-11:30 トラディショナルヨーガ AUM			■定員45名 10:45-11:30 リトモス MIYA			10:30-11:30 ミライク キッズ	10:30
■定員45名 11:30-12:15 美曲線ヨーガ 田中真紀		■定員45名 11:45-12:30 ZUMBA 梶原千寿子		■定員45名 11:50-12:35 Show Style Dance MIYA		11:30-12:30 ミライク キッズ	11:00			
■定員36名 12:40-13:10 パレエ ～バーレッスン～ 泉恵理		■定員45名 12:45-13:30 Group Fight 都築紀彦		■定員33名 12:55-13:25 Group Blast(映像)		12:55-13:25 美曲線ヨーガ MIYA	12:00			
■定員36名 13:30-14:00 パレエ 泉恵理		■定員45名 13:45-14:30 Group Centergy 都築紀彦		■定員45名 13:40-14:10 Group Centergy(映像)				12:30		
■定員45名 14:25-14:55 やさしいフリースタイル 城太介				■定員27名 14:15-14:45 ホットヨーガ・ベーシック Mari				13:00		
				【ホットスタジオ・中温】				13:30		
				■定員27名 15:15-15:45 ホットヨーガ・ベーシック Mari				14:00		
				【ホットスタジオ・中温】				14:30		
15:15-16:15 ミライクキッズ (荏田北こども園兼用クラス)		15:15-16:15 ミライク キッズ		■定員27名 16:00-16:45 ホットヨーガ・アドバンス Mari		15:20-16:05週替わりレッスン 7日 21日 Group Fight 14日 28日 Group Blast 飯田真子		15:00		
				【ホットスタジオ・中温】				15:30		
16:15-17:15 ミライク ジュニア		16:15-17:15 ミライク ジュニア		■定員27名 17:00-17:30 ホットスタイルピラティス 飯島美紀		■定員33名 16:20-17:05 Group Power 谷地樹門		16:00		
						■定員33名 18:05-18:35 Group Power(映像)		16:30		
				■無料登録制 18:40-19:10 ボディメイクサークル 権垣直也				17:00		
				■定員33名 19:30-20:00 Group Fight(映像)				17:30		
								18:00		
								18:30		
								19:00		
								19:30		
								20:00		
								20:30		
								21:00		
								21:30		
								22:00		
								22:30		
								23:00		
プール 利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00										