

スタジオ月間スケジュール
代行休講情報は
こちらからも確認いただけます

出力日

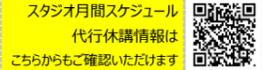
R8.3.26

【改訂版 市ヶ尾店18周年スケジュール】
2026/4/20~5/9
※一部通常スケジュール

※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)

MEGALOS ICHIGAO Time Line

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 23:00	4/20(月)			4/21(火)			4/22(水)		
	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
		9:30-10:15 ベビーミライク					9:30-10:15 ベビーミライク		
	■定員45名 10:00-10:30 やすらぎヨーガ 吉田静枝		■定員36名 10:30-11:00 アクアダンス 村田智裕	■定員45名 10:00-10:30 コアシェイブ 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	■定員36名 10:00-10:45 アクアダンス 湯原聖子		■定員30名 10:05-10:25 アクティブボール 谷地樹門	
	■定員45名 10:45-11:30 アロマde美★ボディピラティス 吉田静枝		■定員36名 11:10-11:40 Aqua ZUMBA 村田智裕	■定員45名 10:45-11:30 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	11:00-11:45 ベビースイミング	■定員45名 10:30-11:15 フラダンス 西山 佳代	■定員36名 10:30-10:50 ZUMBA 谷岡奈央	■定員36名 10:30-10:50 平泳ぎ・バタフライ/入門 谷地樹門
	■定員45名 11:45-12:30 リトモス 中尾桂子		■定員20名 11:50-12:20 アクアピラティス 谷地樹門	■定員45名 11:45-12:15 FITHOP 小山江里子	■定員27名 12:00-12:30 やすらぎヨーガ 山岸厚子		■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 11:00-11:30 アクアシェイブ 小川万里	■定員36名 11:00-11:30 アクアシェイブ 小川万里
	■定員33名 12:10-13:10 REBORNS FIT キャスト	■有料 12:10-13:10 REBORNS FIT キャスト		■定員33名 12:30-13:00 Group Fight(映像)		■有料登録制 12:00-13:00 マスターズ サークル	■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	■有料 11:40-12:00 フィンスイム 谷地樹門
	■定員45名 12:45-13:30 Group Power 都築紀彦		■有料 13:00-14:00 スイムスクール 【初級・中級】 【上級】	■定員45名 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		■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27名 13:55-14:25 ホットヨーガ・ベーシック 荻沼明美	■有料 12:30-13:30 スイムスクール 【初級・中級】
	■定員45名 13:45-14:30 Group Centergy 都築紀彦	■定員30名 13:25-13:55 入門太極拳 増岡美奈江		■定員45名 14:15-15:00 太極拳 晶		■定員27名 15:05-15:50 ホットヨーガ・ベーシック 林浩子	■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	13:45-14:35 幼稚園専用 キッズ
	■定員45名 14:45-15:15 Group Fight 都築紀彦	■定員30名 14:10-14:55 太極拳 増岡美奈江			■定員27名 17:00-17:30 ホットヨーガ・ベーシック 鈴木映子	15:15-16:15 キッズ		■定員27名 14:45-15:15 ホットヨーガ・アドバンス 荻沼明美	
	■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	15:15-16:15 キッズ	15:15-16:15 ミライクキッズ (荏田北こども園兼用クラス)	【ホットスタジオ・中温】 ■定員27名	15:15-16:15 キッズ		【ホットスタジオ・中温】 ■定員27名	15:15-16:15 キッズ
	■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	16:15-17:15 ジュニア1	16:15-17:15 ミライク ジュニア	16:10-16:40 ホットヨーガ・アドバンス 林浩子	16:15-17:15 ジュニア1	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	16:15-17:15 ジュニア1
		17:30-18:30 ジュニアダンススクール 西澤竜一	17:15-18:15 ジュニア2		【ホットスタジオ・中温】 ■定員27名	17:15-18:15 ジュニア2	17:15-18:15 ミライク RUN	■定員30名 18:00-18:30 ジャズダンス 遠藤夏美	17:15-18:15 ジュニア2
	■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) 片岡憲伸		18:15-19:15 ジュニア3	■定員33名 19:00-19:30 Group Fight(映像)	■定員27名 19:00-19:45 ※女性限定 ホットヨーガ・ウエストシェイブ 中温 田中江里香	18:15-19:15 ジュニア3	■定員45名 19:00-19:30 Group Fight 由井義浩	■定員27名 18:45-19:15 やすらぎヨーガ 遠藤夏美	18:15-19:15 ジュニア3
	■定員45名 19:30-20:15 Group Groove(映像)	■定員27名 19:25-20:10 ホットヨーガ・ベーシック AUM		■定員33名 19:50-20:20 【ピギナー】Group Blast 藤本弥那	■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33名 19:55-20:25 Group Power 由井義浩	■有料 19:30-20:30 スタジオレンタル ※予約が必要です。	19:35-19:55 平泳ぎ・バタフライ/入門 柳下夏海
	■定員45名 20:30-21:15 Group Centergy(映像)	■定員27名 20:25-20:55 ホットヨーガ・アドバンス AUM		■定員33名 20:40-21:10 Group Blast 藤本弥那			■定員45名 20:50-21:35 Group Groove 片桐翼		■有料 20:00-21:00 スイムスクール 【初級・中級】
	■定員33名 21:30-22:30 Group Fight(映像)	■定員33名 21:00-21:30 スイムトレーニング 本多優輝		■定員33名 21:30-22:30 MOSSAライブ映像レッスン ※4月中の配信が休講のため Group Groove(映像)を 流します。					
		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)				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)	



【改訂版 市ヶ尾店18周年スケジュール】
2026/4/20~5/9
※一部通常スケジュール

全プログラムWEB予約レッスンとなります。(映像レッスン・有料スクールを除く)
 ※映像レッスンは、道具や室温など一部通常レッスンと異なる場合がございます。
 その他、注意事項に関しては、右下記載の詳細にてご確認ください。

出力日

R8.3.26

MEGALOS ICHIGAO Time Line

	5/4(月祝)			5/5(火祝)			5/6(水祝)		
	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
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45名 10:00-10:30 コアシェイブ 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	■定員36名 10:00-10:45 アクアダンス 湯原聖子	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 10:45-11:45 Group Blast 中馬亜梨沙	■定員36名 10:30-11:00 アクアダンス 村田智裕	■定員45名 10:45-11:55 ZUMBA70 小山西江里子	■定員27名 10:50-11:35 ボディデザインピラティス 山岸厚子	11:00-11:45 ベビースイミング	■定員45名 10:30-11:15 フラダンス 西山 佳代	■定員30名 10:20-11:05 ZUMBA 谷岡奈央	10:05-10:25 アクティブボール
11:00			■定員36名 11:10-11:40 Aqua ZUMBA 村田智裕				■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	■定員36名 11:00-11:30 アクアシェイブ 小川万里
11:30	■定員45名 11:45-12:30 リトモス 中尾桂子		■定員20名 11:50-12:20 アクアピラティス	■定員45名 12:15-12:45 FITHOP 小山西江里子	■定員27名 12:00-12:30 やすらぎヨーガ 山岸厚子	■有料登録制 12:00-13:00 マスターズ サークル		■有料 12:05-13:05 フリースタイル スクール 西澤竜一	11:40-12:00 フィンスイム 谷地樹門
12:00				■定員45名 12:15-12:45 時間変更 FITHOP 小山西江里子			■定員45名 12:30-13:15 ヴォーカリズム 井上香		
12:30	■定員32名 12:45-13:45 Group Power 都築紀彦・片桐翼	■有料 12:10-13:10 REBORNS FIT キャスト		■定員45名 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		■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27名 13:55-14:25 ホットヨーガ・ベーシック 荻沼明美	■有料 12:30-13:30 スイムスクール 【初級・中級】
13:00			■有料 13:00-14:00 スイムスクール 【初級・中級】 【上級】				■定員45名 14:15-15:00 Group Centergy 幸福陽子	■定員27名 14:45-15:15 ホットヨーガ・アドバンス 荻沼明美	
13:30				■定員45名 14:15-15:00 太極拳 晶				【ホットスタジオ・中温】 ■定員27名	13:45-14:35 幼稚園専用 キッズ
14:00	■定員45名 14:10-15:10 Group Centergy 都築紀彦	■定員30名 14:10-14:55 太極拳 増岡美奈江			■定員27名 15:05-15:50 ホットヨーガ・ベーシック 林浩子	15:15-16:15 キッズ		14:45-15:15 ホットヨーガ・アドバンス 荻沼明美	
14:30					【ホットスタジオ・中温】 ■定員27名			【ホットスタジオ・中温】	
15:00			15:15-16:15 キッズ	15:15-16:15 ミライクキッズ (荏田北こども園兼用クラス)	■定員27名 16:10-16:40 ホットヨーガ・アドバンス 林浩子	15:15-16:15 キッズ		■定員27名 16:15-17:00 ホットヨーガ・アドバンス Mari	15:15-16:15 キッズ
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		16:15-17:15 ミライク ジュニア	【ホットスタジオ・中温】 ■定員27名			17:00-17:30 ホットヨーガ・ベーシック 鈴木映子	
16:00				16:15-17:15 ミライク ジュニア	■定員27名 17:45-18:45 筋膜リリースデトックスホットヨーガ 田中江里香	16:15-17:15 ジュニア1		■定員27名 17:15-18:15 ミライク RUN	
16:30	■定員45名 16:15-17:15 ジャズダンス TAKE	16:15-17:15 ミライク ジュニア							
17:00			17:15-18:15 ジュニア2			16:15-17:15 ジュニア1			
17:30						17:15-18:15 ジュニア2			
18:00	17:40-18:40 キッズチア スクール	17:30-18:30 ジュニアダンススクール 西澤竜一							
18:30			18:15-19:15 ジュニア3			18:15-19:15 ジュニア3			
19:00	■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) 片岡憲伸								
19:30									
20:00									19:35-19:55 平泳ぎ・バタフライ/入門
20:30									■有料 20:00-21:00 スイムスクール 【初級・中級】
21:00			21:00-21:30 スイムトレーニング						
21:30									
22:00									
22:30									
23:00	プール 利用時間は 19:50 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 19:50 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 19:50 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)		

