2026年12月

MEGALOS

メガロス神奈川 スタジオスケジュール

店舗情報	
■通常営業時間	月曜日～木曜日 9:30～23:00
	土曜日 8:30～21:00
	日曜日 8:30～20:00
	祝日 8:30～20:00
■休館日	毎週金曜日、夏期、年末年始

MEGALOS KANAGAWA Time Line For Studio

月曜日

スタジオA

通常営業開始 9：30

- 10:00-10:40 定員45名 エンジョイエアロ40 山岸 厚子
- 11:00-11:45 定員45名 ボディデザインピラティス45 山岸 厚子
- 12:00-12:30 定員45名 Group Groove30 林山
- 12:45-13:30 定員45名 Group Centergy45 林山
- 13:45-14:15 定員45名 トラディショナルヨーガ30 林山
- 14:45-15:30 定員45名 ジャザサイズ45 宮脇 尚子
- 16:30-17:00 ■有料制 ミライク ジュニア 年長～小3
- 17:00-18:00 ■有料制 ミライク RUN 小3～中1
- 19:30-20:00 定員35名 Group Power45 RYUJI
- 20:30-21:00 定員45名 Group Fight45 RYUJI

スタジオB

通常営業開始 9：30

- 10:00-10:45 定員45名 トラディショナルヨーガ45 かおり
- 11:00-11:45 定員45名 ヴォーカリズム45 かおり
- 12:00-13:00 【有料制】 REBORNS FIT キャスト
- 13:15-14:00 定員45名 気功45 名古屋 勉
- 15:00-19:00 アフタースクール
- 19:30-20:00 【予約不要レッスン】【映像】 Group Centergy30
- 20:30-21:00 定員45名 フリースタイルSTAGE45～ハウス～ 西澤 竜一
- 21:30-22:00 【予約不要レッスン】【映像】 Group Groove30

マシンジム・プール利用時間 22：50
施設閉館時間 23：00

火曜日

スタジオA

通常営業開始 9：30

- 10:00-10:45 定員45名 バーニングエアロ45 金田 あけみ
- 11:00-11:40 定員45名 エンジョイエアロ40 金田 あけみ
- 12:00-12:30 定員45名 フリースタイルSTAGE30～HIP HOP～ NAKANO
- 12:45-13:15 定員45名 フリースタイルSTAGE30～ハウス～ NAKANO
- 【有料制】【短期】ハウスダンススクール 13:30-14:30 NAKANO
- 15:30-16:30 ■有料制 ミライク キッズ 3歳～小1
- 16:30-17:30 ■有料制 キッズ空手C 無級～8級
- 17:30-18:30 ■有料制 キッズ空手D 7級～
- 19:00-19:30 定員12名 【ビギナークラス】VOLTBOX20 黒田
- 19:50-20:10 定員12名 VOLTBOX20 黒田
- 20:20-21:00 定員45名 【ビギナークラス】 Group Groove30 山口
- 21:15-22:00 定員45名 Group Groove45 山口

スタジオB

通常営業開始 9：30

- 10:00-10:30 定員45名 入門太極拳30 金燦
- 10:45-11:30 定員45名 24式太極拳45 金燦
- 12:00-12:45 定員45名 やすらぎヨーガ45 三浦 安菜
- 13:00-13:45 定員45名 トラディショナルヨーガ45 三浦 安菜
- 14:15-14:45 定員45名 しなやかバレエストレッチ30 山田 朋子
- 15:00-15:45 定員30名 バレエ45 山田 朋子
- 16:00-17:00 ■有料制 ミライク ジュニア 年長～小3
- 17:00-18:00 ■有料制 キッズ チアダンスⅠ 年長～小3
- 18:00-19:00 ■有料制 キッズ チアダンスⅡ 小4～小5
- 19:05-20:05 ■有料制 キッズ チアダンスⅢ 小6～中学生
- 19:30-20:00 【予約不要レッスン】【映像】 Group Fight30
- 20:30-21:00 【予約不要レッスン】【映像】 Group Centergy45

マシンジム・プール利用時間 22：50
施設閉館時間 23：00

水曜日

スタジオA

通常営業開始 9：30

- 10:00-10:45 定員45名 バーニングエアロ45 萱沼 舞菜
- 11:00-11:40 定員45名 エンジョイエアロ40 萱沼 舞菜
- 12:00-13:00 【有料制】 REBORNS FIT キャスト
- 13:15-14:00 定員45名 ラテンエクスプレスコンサルサ45 和田 節子
- 14:15-15:00 定員45名 ZUMBA®45 和田 節子
- 15:30-16:30 ■有料制 ミライク キッズ 3歳～小1
- 16:30-17:30 ■有料制 キッズダンス【ビギナー】 年中～小3 HARU
- 17:30-18:30 ■有料制 キッズダンス【ベーシック】 小2～小6 HARU
- 18:30-19:30 ■有料制 キッズダンス【マスター】 小5～中3 HARU
- 19:30-20:30 定員35名 バーニングステップ45 萩原 由香里
- 21:00-21:45 定員35名 Group Power45 石川

スタジオB

通常営業開始 9：30

- 10:00-10:45 定員45名 ボディデザインピラティス45 遠藤 孝子
- 11:00-11:45 定員45名 ベルヴィックストレッチ45 遠藤 孝子
- 12:00-12:45 定員45名 ビューティーフローピラティス45 遠藤 孝子
- 【無料登録制】 ウォーキングサークル 13:15-13:45 新谷
- 14:15-15:00 定員45名 トラディショナルヨーガ45 渡辺 綾子
- 16:30-17:30 ■有料制 キッズバレエⅠ 年長～小2 山田 朋子
- 17:40-18:40 ■有料制 キッズバレエⅡ 小3～小6 山田 朋子
- 19:00-19:30 定員30名 バレエ～バーレッスン～ 山田 朋子
- 20:00-20:45 定員45名 ZUMBA45 長谷川 なごみ
- 【無料登録制】 ビックルボールサークル 21:00-22:00 キャスト

マシンジム・プール利用時間 22：50
施設閉館時間 23：00

木曜日

スタジオA

通常営業開始 9：30

- 10:00-10:45 定員45名 ZUMBA®45 梶原 千寿子
- 11:00-11:45 定員45名 トラディショナルヨーガ45 千葉 美穂
- 12:45-13:45 定員45名 ジャザサイズ45 宮脇 尚子
- 13:15-13:45 定員45名 infinity flow30 新谷
- 14:00-14:45 定員45名 Group Centergy45 Non
- 15:00-18:30 アフタースクール
- 19:45-20:15 定員45名 Group Fight30 板橋
- 20:30-20:50 定員30名 【ビギナークラス】TOBIPPA15 板橋
- 21:15-21:45 定員30名 TOBIPPA30 板橋

スタジオB

通常営業開始 9：30

- 【有料制】 成人フラダンススクール 10:00-11:00 中澤 智子
- 11:15-12:00 定員45名 フラダンス45 中澤 智子
- 12:45-13:30 定員45名 Group Fight30 玉木陽
- 13:00-13:30 定員45名 Group Groove30 玉木陽
- 14:30-15:30 定員30名 バレエ ～バーレッスン～ 山田 朋子
- 【有料制】 成人バレエスクール 14:30-15:30 山田 朋子 ※10月～2027年1月末まで時間変更
- 【有料制】【発表会用】 成人バレエスクール 15:45-16:45 山田 朋子 ※10月～2027年1月末まで期間限定
- 17:00-18:00 ■有料制 ミライク RUN 小3～中1
- 19:00-19:45 定員45名 トラディショナルヨーガ45 AUM
- 【予約不要レッスン】【映像】 Group Groove30 20:00-20:30
- 【予約不要レッスン】【映像】 Group Centergy30 21:00-21:30

マシンジム・プール利用時間 22：50
施設閉館時間 23：00

土曜日

スタジオA

通常営業開始 8：30

- 8:00-9:00 ■有料制 キッズ空手M1
- 9:00-10:00 ■有料制 キッズ空手M2
- 10:30-11:15 定員45名 ZUMBA®45 小路 美保
- 11:30-12:15 定員45名 Group Groove45 河西
- 12:30-13:30 定員35名 Group Power45 翔平
- 14:00-14:45 定員45名 ジャズダンスSTAGE45 山川 弘文
- 【有料制】【発表会用】 ジャズダンススクール 14:50-15:50 山川 弘文 ※10月～2027年1月末まで期間限定
- 16:30-17:30 定員45名 トラディショナルヨーガ45 周田 洋子
- 17:45-18:30 定員45名 フリースタイル45 かず
- 【有料制】 成人フリースタイル ダンススクール 18:45-19:45 かず

マシンジム・プール利用時間 20：50
施設閉館時間 21：00

□ スタジオレッスン参加方法

- 全クラス、メガロスアプリからの【予約制】となっております。
- ※映像レッスンは除く
- WEB予約可能枠数は会員種別により異なります。（1枠消化で新たに予約可）
- レギュラー会員、ディ会員、アフタヌーン会員の方々は6枠。
- パパママ会員、アンダー25・30・37会員、フルタイム会員24時間会員の方は8枠。
- ゴールド会員、プラチナ会員の方は12枠予約可能となります。
- 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。
- WEB予約の締め切りは、レッスン開始5分前です。
- 尚、WEB予約キャンセル待ちは空き次第。
- キャンセル待ち登録者へ一斉メール送信致します。
- スタジオへの入場は、レッスン開始10分前からです。
- ご予約された場所（立ち位置）にてご参加下さい。

スタジオB

通常営業開始 8：30

- 8:00-9:00 ■有料制 ミライク ジュニア 年長～小3
- 9:00-10:00 ■有料制 ミライク キッズ 3歳～小1
- 10:00-11:00 ■有料制 ミライク キッズ 3歳～小1
- 11:15-11:45 定員45名 ダンスコアトレーニング30 HARU
- 12:00-12:45 定員45名 アドバンスエアロ45 HARU
- 【予約不要レッスン】【映像】 Group Centergy30 13:00-13:30
- 13:45-14:30 定員45名 Group Fight45 翔平
- 15:00-15:45 ■有料制 ミライク キッズ 3歳～小学1年生
- 16:30-17:30 ■有料制 ミライク ジュニア 年長～小3

日曜日

スタジオA

通常営業開始 8：30

- 8:00-9:00 ■有料制 キッズ空手M1
- 9:00-10:00 ■有料制 キッズ空手M2
- 10:30-11:30 ■有料制 ミライク ジュニア 年長～小3
- 11:30-12:15 定員45名 Group Groove45 山口
- 12:30-13:15 定員35名 Group Blast45 芦谷
- 13:45-14:30 定員45名 Group Fight45 芦谷
- 15:00-15:30 定員30名 TOBIPPA30 水川
- 16:15-16:35 定員12名 VOLTBOX20 國吉
- 16:50-17:10 定員12名 VOLTBOX20 國吉

スタジオB

通常営業開始 8：30

- 8:30-9:30 ■有料制 ミライク キッズ 3歳～小1
- 9:45-10:30 定員45名 やすらぎヨーガ45 AUM
- 10:45-11:30 定員45名 トラディショナルヨーガ45 AUM
- 11:45-12:25 定員45名 エンジョイエアロ40 萱沼 舞菜
- 12:45-13:30 定員45名 バーニングエアロ45 萱沼 舞菜
- 【予約不要レッスン】【映像】 Group Centergy45 13:45-14:30
- 【無料登録制】 ビックルボールサークル 15:00-16:00 キャスト

マシンジム・プール利用時間 19：50
施設閉館時間 20：00

=前月と変更になったクラスです

□ クラス色分け一覧

- 色なし = 通常クラス
- 桃色 = 有料クラス
- 水色 = サークルクラス
- 黄緑色 = 映像クラス

□ その他

- 予約不要クラス：事前WEB予約不要クラスです。レッスン開始10分前より入場可能です。
- 【LIVE】 MOSSA60スケジュールは下記をご確認ください。 または、インスタグラム（megalos_online）からもご確認いただけます。

2026年12月･2027年1月　メガロス神奈川　アクアプログラムタイムスケジュール　月～木曜日　確定版

月曜日

スクールプール 1 2 3 4 5 6 ／ メンバープール 1 2 3

【9：30　OPEN】

- すっきり肩･腰･膝　10：20～10：40
  HIIT AQUA10　10：45～10：55
  森
- アクアダンス30
  11：10～11：40
  萬代　昌弘
- スイムスクール（有料登録制）
  12：00～13：00
  初中級･上級
  森･野間
- マスターズクラス（有料登録制）
  12：00～13：00
  鈴木
- スイムトレーニング30
  13：10～13：40
  田中幹
- スクール準備
- ＜キッズスクール＞ＫＩＤＳ
  14：00～15：00
- ＜キッズスクール＞ＫＩＤＳ
  15：00～16：00
- ＜キッズスクール＞Ｊｒ１
  16：00～17：00
- ＜キッズスクール＞Ｊｒ２
  17：00～18：00
- ＜キッズスクール＞Ｊｒ３
  18：00～19：00
- 選手育成
  18：00～20：30

【プール：22：30　CLOSE】
【施　設：23：00　CLOSE】

火曜日

スクールプール 1 2 3 4 5 6 ／ メンバープール 1 2 3

【9：30　OPEN】

- アクアシェイプ30
  10：00～10：30
  ラナ
- スクール準備
- ベビーフリー･ベビー４
  11：00～12：00
- ■定員制■　フィンスイム
  12：05～12：25
  末吉
- ■定員制■
  アクアピラティス
  12：30～12：50
  名執
- スクール準備
- ＜キッズスクール＞ＫＩＤＳ
  13：30～14：30
- スクール準備
- ＜キッズスクール＞ＫＩＤＳ
  15：00～16：00
- ＜キッズスクール＞Ｊｒ１
  16：00～17：00
- ＜キッズスクール＞Ｊｒ２
  17：00～18：00
- ＜キッズスクール＞Ｊｒ３
  18：00～19：00
- スイムスクール（有料登録制）
  19：30～20：30
  初級･中上級
  末吉･鈴木
- マスターズサークル（有料登録制）
  20：50～21：50
  末吉

【プール：22：30　CLOSE】
【施　設：23：00　CLOSE】

水曜日

スクールプール 1 2 3 4 5 6 ／ メンバープール 1 2 3

【9：30　OPEN】

- T-Crush30
  10：00～10：30
  末吉
- 12月ｸﾛｰﾙ.1月背泳ぎ【入門】
  10：40～11：00　森
- 12月平泳ぎ.1月ﾊﾞﾀﾌﾗｲ【応用】
  11：05～11：25　鈴木
- スイムトレーニング30
  11：35～12：05
  鈴木
- パーソナルレッスン
  12：15～12：45
  鈴木
- スクール準備
- ＜キッズスクール＞ＫＩＤＳ
  14：00～15：00
- ＜キッズスクール＞ＫＩＤＳ
  15：00～16：00
- ＜キッズスクール＞Ｊｒ１
  16：00～17：00
- ＜キッズスクール＞Ｊｒ２
  17：00～18：00
- ＜キッズスクール＞Ｊｒ３
  18：00～19：00
- 選手育成
  18：00～20：30
- スイムスクール（有料登録制）
  20：00～21：00
  初中級･上級
  田中幹･石川

【プール：22：30　CLOSE】
【施　設：23：00　CLOSE】

木曜日

スクールプール 1 2 3 4 5 6 ／ メンバープール 1 2 3

【9：30　OPEN】

- スマイルアクアダンス30
  10：00～10：30
  平野
- スクール準備
- ベビーフリー･ベビー４
  11：00～12：00
- マスターズサークル（有料登録制）
  12：00～13：00
  田中幹
- スイムスクール（有料登録制）
  13：00～14：00
  初級･中級･上級
  鈴木･平野･田中幹
- スクール準備
- ＜キッズスクール＞ＫＩＤＳ
  14：00～15：00
- REBORNS SWIM（有料登録制）
  14：00～15：00
  鈴木
- ＜キッズスクール＞ＫＩＤＳ
  15：00～16：00
- ＜キッズスクール＞Ｊｒ１
  16：00～17：00
- ＜キッズスクール＞Ｊｒ２
  17：00～18：00
- ＜キッズスクール＞Ｊｒ３
  18：00～19：00
- 選手育成
  18：00～20：30
- スイムスクール（有料登録制）
  20：00～21：00
  初中･上級
  石川･野地
- スイムトレーニング30
  21：05～21：35
  石川

【プール：22：30　CLOSE】
【施　設：23：00　CLOSE】

2026年12月･2027年1月　メガロス神奈川　アクアプログラムタイムスケジュール　土･日曜日　確定版

土曜日

スクールプール 1 2 3 4 5 6　メンバープール 1 2 3

9:30 【9：30　OPEN】　メンバープール【8：30　OPEN】

- 9:30〜10:30　キッズイベント 9：30〜10：30
- 11:00〜12:00　スクール準備
- 11:00〜12:30　ベビーフリー・ベビー４ 11：00〜12：00
- 12:30〜13:00　スクール準備
- 13:00〜14:00　<キッズスクール> ＫＩＤＳ 13：00〜14：00
- 14:00〜15:00　<キッズスクール> ＫＩＤＳ 14：00〜15：00
- 15:00〜16:00　<キッズスクール> Ｊｒ１ 15：00〜16：00
- 16:00〜17:00　<キッズスクール> Ｊｒ１ 16：00〜17：00
- 17:00〜18:00　<キッズスクール> Ｊｒ２ 17：00〜18：00
- 18:00〜19:00　<キッズスクール> Ｊｒ３ 18：00〜19：00
- 19:00〜19:30　マスターズクラス（有料登録制）19:00〜20:00 鈴木
- 19:30〜20:30　スイムトレーニング45 19:15〜20:00 田中幹
- 20:30　【プール：20：30　CLOSE】【施　設：21：00　CLOSE】

日曜日

スクールプール 1 2 3 4 5 6　メンバープール 1 2 3

9:30 【11：00　OPEN】　メンバープール【8：30　OPEN】

- 10:00〜11:00　<キッズスクール> Ｊｒ１ 9：00〜10：00 ＫＩＤＳ 10：00〜11：00
- 11:00〜12:00　キッズイベント 11：00〜12：00
- 14:00〜15:00　スイムトレーニング45 13：50〜14：35 野地･野間
- 15:00〜16:00　スクール準備
- 15:00〜16:00　<キッズスクール> ＫＩＤＳ 15：00〜16：00
- 16:00〜17:00　<キッズスクール> Ｊｒ2、Ｊｒ3 16：00〜17：00
- 19:30　【プール：19：30　CLOSE】【施　設：20：00　CLOSE】

フリー遊泳日

■フリー遊泳日■
12月1日(火)･12月21日(月)
1月11日(月)･1月21日(木)･1月31日(日)

■5週目■
1月30日(土)

■休館日■
12月29日(火)･12月30日(水)･12月31日(木)
1月1日(金)･1月2日(土)

※フリー遊泳日･5週目※
フリー遊泳日･5週目は、アクア･有料レッスン
（スイムスクール･パーソナルレッスン･マスターズサークル･イベントレッスン）
のみ実施いたします。
上記以外のプログラムは、中止となります。

原則スケジュール表通りに、コースを使用いたします。
※今現在の最大使用コース数で案内させていただきます。
　参加者数に応じ、コースを縮小、拡大することがございますのでご了承ください。
　参加人数が多い場合は、1コース10名を目安にコース帯を広げさせていただきます。
※フィンスイムのみ、1コース8名とさせていただきますのでご了承ください。
※マスターズサークル･スイムトレーニングは安全管理上、記載されているコース帯ではなく、
　中央のコースで開催させていただくことがございますのでご了承ください。
※パーソナルレッスンで急遽ご利用いただけるコースが少なくなる場合がございます。

アクアプログラム参加方法

･レッスン5分前に各会場にお越しください。
･レッスン開始前までにウォーミングアップを済ませてください。
･事前に脈･血圧を確認し、体調がすぐれない場合は
　レッスンのご参加をご遠慮いただきますようお願いします。
※担当者は変更となる場合がございます。予めご了承ください。

アクアプログラム参加時の注意事項･ご案内

＊レッスン開始後5分が過ぎての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受付方法が異なります。
＊スイムスクールは登録制（別料金）となります。
＊パーソナルレッスンは事前予約制（別料金）となります。前月20日より予約ができます。
＊同種目で『入門』『応用』の両方に参加することはできません。ご了承ください。

施設利用時の注意事項･ご案内

＊プール利用時は頭からシャワーを浴び、お化粧はとりましょう。
＊貴金属類は外してからご利用ください。
＊スイムキャップ･ゴーグルのレンタルがございます。（有料）
＊プール内での眼鏡のご利用はご遠慮ください。（３階ジャグジーのみ使用可能です。）
＊その他施設利用においては
　メガロスキャストの指示に従っていただきますようお願いいたします。

ベビースクール時のコース帯について

コーチルーム

ベビースクール

※参加人数により、3~5コース使用します。

ウォーキングコース

遊泳コース

※階段が必要なウォーキングコース利用者は、3階プールをご利用ください。