

メガロス柏スタジオスケジュール

【スタジオプログラム強度目安マークについて】



・・・初級クラス（初めて参加する方も安心してご参加いただけます）



・・・中上級クラス（初級クラスへの参加経験がある方で運動強度が上がります）

※マークなしはどなたでもご参加いただけますが、不安な方はキャストまでお声掛けください

（有料クラス・映像クラス・ショートプログラム・スラックラインはマーク対象外）

MEGALOS KASHIWA Time Line For Studio , Gym , Aqua																	
	月曜日				火曜日				水曜日								
	スタジオA	スタジオB	いちねんサポート・Quick Program	アクアプログラム	スタジオA	スタジオB	いちねんサポート・Quick Program	アクアプログラム	スタジオA	スタジオB	いちねんサポート・Quick Program	アクアプログラム					
9:00	営業開始 9：00				営業開始 9：00				営業開始 9：00								
9:30	【有料】REBORNS FIT 9：00～10：00 岡田美穂	定員55名 トラディショナルヨーガ 9：25～10：05 和久井里美	登録制 肩・首ケア 10：30～10：40	アクアダンス45 増田優子 9:45～10:30	実施日：6/10、6/24 【有料】陳式太極拳短期スクール 9：00～10：00 館房子	定員55名 エンジョイエアロ 9：35～10：05 島根典子	登録制 いねんサポートプログラム 共通コース 10：00～10：30	アクアアドバンス30 ゆみ 9:45～10:15	定員50名 【映像】Group Groove 30 9：15～9：45	定員55名 太極拳 9：30～10：00 館房子	登録者限定 予約制	アクアダンス45 増田 優子 9:45～10:30					
10:00	定員50名	定員55名 エンジョイエアロ 10：20～10：50 河合清美			定員50名 バーニングエアロ 10：10～10：50 普神美穂	定員55名 トラディショナルヨーガ 10：20～11：00 小林賀章			いねんサポートプログラム アドバンスクラス 10：00～10：45 加藤由美子	【有料】太極拳スクール 10：15～11：30 館房子			いねんサポートプログラム アドバンスクラス 10：00～10：45	登録者限定 予約制	アクアシェイプ30 増田 優子 10:40～11:10		
10:30	ラテンパシオン 10：15～10：55 KAORU	登録制			いねんサポートプログラム 共通コース 11：00～11：30	定員50名 ボディデザインピラティス 11：10～11：50 島根典子			【有料】REBORNS SENIOR 11：20～12：20 古宮優至	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 10：45～11：30			【有料】REBORNS FIT 11：00～12：00 加古千明	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 11：00～11：45	登録者限定 予約制	スリムトレーニング 入門 キヤスト 11:15～11:35	
11:00	定員50名 やさしいジャズダンス 11：10～11：40 五十嵐奈生	定員55名 やすらぎヨーガ 11：05～11：35 河合清美	登録者限定 予約制	ベピースクール 11:00～12:00	定員50名	【有料】REBORNS SWIM 12:00～13:00 【有料】スリムスクール 12:00～13:00	登録者限定 予約制	スリムトレーニング 入門 キヤスト 11:40～12:00	Group Centergy 30 11：45～12：15 岡田美穂	定員55名	登録者限定 予約制	アクアアスリート30 増田 優子 11:40～12:00					
11:30	定員50名	定員55名 バーニングステップ 11：50～12：30 河合清美	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 11：45～12：30	【映像】Group Power 30 12：00～12：30	【有料】REBORNS FIT 12：45～13：45 永留圭大					いねんサポートプログラム アドバンスクラス 13：00～13：45			【有料】スリムスクール 13:00～14:00	定員50名 エンジョイエアロ 12：30～13：00 葉山佐知子	定員55名 トラディショナルヨーガ 13：15～13：55 坂井結美	いねんサポートプログラム 共通コース 13：00～13：30	PL30 13:00～
12:00	ジャズダンスSTAGE 11：50～12：20 五十嵐奈生	登録料 無料 1・3週目 ウォーキングサークル 2・4週目 ランニングサークル 12：45～13：15	登録制	両泳ぎ 応用：キヤスト 13:05～13:25	定員40名 アドバンスエアロ 13：00～13：45 清水愛子					いねんサポートプログラム アドバンスクラス 13：00～13：45			【有料】スリムスクール 13:00～14:00	定員50名 バーニングエアロ 13：20～14：00 葉山佐知子	定員55名 トラディショナルヨーガ 13：15～13：55 坂井結美	定員5名 腰痛ケア 13：45～13：55	PL30 13:30～
12:30	【有料】ジャズダンススクール 12：30～13：45 五十嵐奈生	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名 ヴォーカリズム 14：00～14：45 木村淳	定員40名 アドバンスステップ 14：00～14：45 清水愛子	登録者限定 予約制	幼稚園レッスン 14:30～15:30	女性専用 定員50名 infinity flow 30 14：15～14：45 岡田美穂	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 14：20～15：05 住吉真理	定員5名 腰痛ケア 14：45～14：55	準備 15:15～					
13:00		1・3週目 ウォーキングサークル 2・4週目 ランニングサークル 12：45～13：15											いねんサポートプログラム 共通コース 13：00～13：30	定員5名 二重奏・音のしわケア 13：45～13：55	PL30 13：30～	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45
13:30	定員55名	ZUMBA (45分クラス) 13：30～14：15 吉村麻美香	登録者限定 予約制	PL30 13：30～	定員50名	定員40名	定員5名 腰痛ケア 14：00～14：10	幼稚園レッスン 14:30～15:30	【有料】REBORNS FIT 15：00～16：00 田中誠	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 14：20～15：05 住吉真理	定員5名 腰痛ケア 14：45～14：55	準備 15:15～					
14:00	定員50名 歌ってMOVE 14：00～14：30 又木こころ	定員32名 バレエ 14：30～15：10 高井景介	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 14：15～15：00	幼稚園レッスン 14:15～15:15	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45						【有料】スリムスクール 15:00～16:00	定員50名 キッズチャダンスチャイルド 15：30～16：30	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	キッズ 15:30～16:30	
14:30	定員50名 ボディデザインピラティス 14：40～15：20 美宅玲子	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45	幼稚園レッスン 14:30～15:30	【有料】REBORNS FIT 15：00～16：00 田中誠	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 14：20～15：05 住吉真理	定員5名 腰痛ケア 14：45～14：55	準備 15:15～					
15:00	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45						【有料】スリムスクール 15:00～16:00	定員50名 キッズチャダンスチャイルド 15：30～16：30	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	キッズ 15:30～16:30	
15:30	定員50名 トラディショナルヨーガ 15：35～16：15 美宅玲子	【有料】キッズバレエチャイルド 15：30～16：30	定員5名 二重奏・音のしわケア 16：15～16：25	キッズ 15:30～16:30	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45	幼稚園レッスン 14:30～15:30	【有料】REBORNS FIT 15：00～16：00 田中誠	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 14：20～15：05 住吉真理	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	準備 15:15～					
16:00	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45						【有料】スリムスクール 15:00～16:00	定員50名 キッズチャダンスチャイルド 15：30～16：30	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	キッズ 15:30～16:30	
16:30	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45	幼稚園レッスン 14:30～15:30	【有料】REBORNS FIT 15：00～16：00 田中誠	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 14：20～15：05 住吉真理	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	準備 15:15～					
17:00	【有料】ミライクキッズ 16：30～17：30	【有料】キッズバレエジュニアA 16：30～17：30	登録者限定 予約制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45						【有料】スリムスクール 15:00～16:00	定員50名 キッズチャダンスチャイルド 15：30～16：30	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	キッズ 15:30～16:30	
17:30	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45	幼稚園レッスン 14:30～15:30	【有料】REBORNS FIT 15：00～16：00 田中誠	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 14：20～15：05 住吉真理	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	準備 15:15～					
18:00	【有料】ミライクジュニア 17：30～18：30	【有料】キッズバレエジュニアB 17：30～18：30	登録者限定 予約制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45						【有料】スリムスクール 15:00～16:00	定員50名 キッズチャダンスチャイルド 15：30～16：30	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	キッズ 15:30～16:30	
18:30	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45	幼稚園レッスン 14:30～15:30	【有料】REBORNS FIT 15：00～16：00 田中誠	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 14：20～15：05 住吉真理	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	準備 15:15～					
19:00	定員36名 アドバンスエアロ 19：15～20：00 加藤由美子	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45						【有料】スリムスクール 15:00～16:00	定員50名 キッズチャダンスチャイルド 15：30～16：30	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	キッズ 15:30～16:30	
19:30	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45	幼稚園レッスン 14:30～15:30	【有料】REBORNS FIT 15：00～16：00 田中誠	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 14：20～15：05 住吉真理	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	準備 15:15～					
20:00	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45						【有料】スリムスクール 15:00～16:00	定員50名 キッズチャダンスチャイルド 15：30～16：30	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	キッズ 15:30～16:30	
20:30	定員50名 エンジョイエアロ 20：20～20：50 加藤由美子	定員55名 Group Fight 30 20：15～20：45 古宮優至	登録者限定 予約制	準備 15:15～	定員32名 TOBIPPA 30 20：30～21：00 田中誠	定員55名 バーニングエアロ 20：25～21：05 葉山佐知子	登録制	幼稚園レッスン 14:30～15:30	【有料】REBORNS FIT 15：00～16：00 田中誠	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 14：20～15：05 住吉真理	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	準備 15:15～					
21:00	定員50名 【映像】Group Groove 45 21：05～21：50 古宮優至	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45						【有料】スリムスクール 15:00～16:00	定員50名 キッズチャダンスチャイルド 15：30～16：30	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	キッズ 15:30～16:30	
21:30	定員50名 【映像】Group Groove 45 21：05～21：50 古宮優至	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45	幼稚園レッスン 14:30～15:30	【有料】REBORNS FIT 15：00～16：00 田中誠	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 14：20～15：05 住吉真理	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	準備 15:15～					
22:00	定員50名 【映像】Group Groove 45 21：05～21：50 古宮優至	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45						【有料】スリムスクール 15:00～16:00	定員50名 キッズチャダンスチャイルド 15：30～16：30	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	キッズ 15:30～16:30	
22:30	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45	幼稚園レッスン 14:30～15:30	【有料】REBORNS FIT 15：00～16：00 田中誠	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 14：20～15：05 住吉真理	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	準備 15:15～					
23:00	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45						【有料】スリムスクール 15:00～16:00	定員50名 キッズチャダンスチャイルド 15：30～16：30	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	キッズ 15:30～16:30	
23:30	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45	幼稚園レッスン 14:30～15:30	【有料】REBORNS FIT 15：00～16：00 田中誠	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 14：20～15：05 住吉真理	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	準備 15:15～					
24:00	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45						【有料】スリムスクール 15:00～16:00	定員50名 キッズチャダンスチャイルド 15：30～16：30	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	キッズ 15:30～16:30	
24:30	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45	幼稚園レッスン 14:30～15:30	【有料】REBORNS FIT 15：00～16：00 田中誠	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 14：20～15：05 住吉真理	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	準備 15:15～					
25:00	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45						【有料】スリムスクール 15:00～16:00	定員50名 キッズチャダンスチャイルド 15：30～16：30	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	キッズ 15:30～16:30	
25:30	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45	幼稚園レッスン 14:30～15:30	【有料】REBORNS FIT 15：00～16：00 田中誠	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 14：20～15：05 住吉真理	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	準備 15:15～					
26:00	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45						【有料】スリムスクール 15:00～16:00	定員50名 キッズチャダンスチャイルド 15：30～16：30	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	キッズ 15:30～16:30	
26:30	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45	幼稚園レッスン 14:30～15:30	【有料】REBORNS FIT 15：00～16：00 田中誠	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 14：20～15：05 住吉真理	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	準備 15:15～					
27:00	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45						【有料】スリムスクール 15:00～16:00	定員50名 キッズチャダンスチャイルド 15：30～16：30	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	キッズ 15:30～16:30	
27:30	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45	幼稚園レッスン 14:30～15:30	【有料】REBORNS FIT 15：00～16：00 田中誠	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 14：20～15：05 住吉真理	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	準備 15:15～					
28:00	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45						【有料】スリムスクール 15:00～16:00	定員50名 キッズチャダンスチャイルド 15：30～16：30	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	キッズ 15:30～16:30	
28:30	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45	幼稚園レッスン 14:30～15:30	【有料】REBORNS FIT 15：00～16：00 田中誠	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 14：20～15：05 住吉真理	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	準備 15:15～					
29:00	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45						【有料】スリムスクール 15:00～16:00	定員50名 キッズチャダンスチャイルド 15：30～16：30	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	キッズ 15:30～16:30	
29:30	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45	幼稚園レッスン 14:30～15:30	【有料】REBORNS FIT 15：00～16：00 田中誠	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 14：20～15：05 住吉真理	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	準備 15:15～					
30:00	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45						【有料】スリムスクール 15:00～16:00	定員50名 キッズチャダンスチャイルド 15：30～16：30	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	キッズ 15:30～16:30	
30:30	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45	幼稚園レッスン 14:30～15:30	【有料】REBORNS FIT 15：00～16：00 田中誠	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 14：20～15：05 住吉真理	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	準備 15:15～					
31:00	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45						【有料】スリムスクール 15:00～16:00	定員50名 キッズチャダンスチャイルド 15：30～16：30	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	キッズ 15:30～16:30	
31:30	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45	幼稚園レッスン 14:30～15:30	【有料】REBORNS FIT 15：00～16：00 田中誠	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 14：20～15：05 住吉真理	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	準備 15:15～					
32:00	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45						【有料】スリムスクール 15:00～16:00	定員50名 キッズチャダンスチャイルド 15：30～16：30	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	キッズ 15:30～16:30	
32:30	定員50名	登録料 無料	登録制	準備 15:15～	定員50名	【有料】フラダンススクール 15：00～16：15 フミコ	いねんサポートプログラム アドバンスクラス 15：00～15：45	幼稚園レッスン 14:30～15:30	【有料】REBORNS FIT 15：00～16：00 田中誠	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 14：20～15：05 住吉真理	定員5名 腰痛ケア 15：40～15：50	準備 15:15～					
33:00	定員50名	登録料 無料															



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

MEGALOS KASHIWA Time Line For Studio , Gym , Aqua													
木曜日				土曜日				日曜日					
スタジオA	スタジオB	いちねんサポート・Quick Program	アクアプログラム	スタジオA	スタジオB	いちねんサポート・Quick Program	アクアプログラム	スタジオA	スタジオB	いちねんサポート・Quick Program	アクアプログラム		
営業開始 9：00				営業開始 9：00				営業開始 9：00				9:00	
定員50名 【映像】 Group Power 30 9：25～9：55	【有料】 REBORNS FIT 9：00～10：00 岡田美穂	登録者限定 予約制		【有料】 ミライクジュニア 8：15～9：15 ミライクキッズ 9：15～10：15	定員40名 アドバンスエアロ 9：30～10：15 赤崎由美子	登録制	ジュニア2 8：30～9：30 ジュニア1 9:30～10:30	【有料】 ミライクジュニア 8：15～9：15 ミライクキッズ 9：15～10：15	定員55名 トラディショナルヨーガ 9：30～10：10 下玉利昌子	登録者限定 予約制	ジュニア2・3 9:00～10:00	9:30	
定員50名 【映像】 Group Fight 30 10：05～10：35	定員55名 フラダンス 10：20～10：50 フミコ	いちねんサポートプログラム アドバンスクラス 10：00～10：45	アクアダンス30 ゆみ 10:00～10:30	定員50名 【映像】 Group Centergy 30 10：30～11：00	定員55名 エンジョイステップ 10：30～11：10 前田ゆきえ	いちねんサポートプログラム 共通コース 10：00～10：30		定員36名 オリジナル エアロ 10：35～11：20 及川健	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 10：30～11：15 吉村麻美香	いちねんサポートプログラム アドバンスクラス 10：00～10：45	ジュニア1 10:00～11:00	10:00	
定員36名 アドバンスエアロ 11：00～11：45 江村浩二	【有料】 フラダンス 短期スクール 11：00～11：45 フミコ	登録制		定員50名 トラディショナルヨーガ 11：20～12：00 岩本律子	定員55名 Group Power 45 11：25～12：10 永留圭大	いちねんサポートプログラム 共通コース 11：00～11：30	ベビースクール 10:30～12:00 キッズ 10:45～11:45	定員50名 【映像】 Group Groove 30 11:45～12:15	定員55名 Group Blast 45 11：35～12：20 西河かおる	いちねんサポートプログラム 共通コース 11：00～11：30	キッズ 11:00～12:10	11:00	
定員50名 ジャズダンスSTAGE 12：00～12：30 小見美雪	定員55名 エンジョイエアロ 12：05～12：35 江村浩二	登録者限定 予約制	ベビースクール 11：00～12:00	定員50名 歌ってMOVE 12：25～12：55 永留圭大	定員55名 Group Fight 45 12：25～13：10 田中誠	いちねんサポートプログラム アドバンスクラス 12：00～12：45		定員50名 【映像】 Group Groove 30 11:45～12:15	定員32名(1本2名) VOLTBOX 30 12：45～13：15 永留圭大	いちねんサポートプログラム 女性コース 12：00～12：30	【新設】 キッズ 12:00～13:00	11:30	
【有料】 ジャズダンススクール 12：40～13：55 小見美雪	定員40名 アドバンスステップ 12：50～13：35 江村浩二	登録制	【有料】 スイムスクール 12:00～13:00	定員32名 TOBIPPA 30 13：25～13：55 田中誠	定員50名 入門太極拳 13：25～13：55 山本葉子	いちねんサポートプログラム アドバンスクラス 12：00～12：45	スイムトレーニング45：水川 12:00～12:45	定員50名 マットサイエンス 13：35～14：15 吉田淳子	定員55名 エンジョイステップ 14：05～14：35 渡辺睦美	【有料】 フィンサークル 13:30～14:30	少人数 キッズクラス 13:00～14:00	12:00	
登録料 無料 1・3週目 ウォーキングサークル 2・4週目 ランニングサークル 14：20～14：50	定員55名 ベリーダンス 14:10～14:50 アイーシャ	登録者限定 予約制	PL30 13:00～ PL30 13:30～	定員50名 エンジョイエアロ 14：10～14：40 高木愛澄	定員50名 太極拳 14：05～14：35 山本葉子	登録者限定 予約制	ジュニア1 12:50～14:00	【有料】 キッズチアダンス キッズ 14：25～15：25	定員55名 バーニングエアロ 15：15～15：45 MASATO	【有料】 マスターズ サークル 14:30～15:30	【有料】 フィンサークル 13:30～14:30	12:30	
定員50名 Group Groove 30 15：10～15：40 西河かおる	定員55名 ヴォーカリズム 15：05～15:50 山本 尚美	登録者限定 予約制	幼稚園レッシン 14:30～15:30	【有料】 ミライクキッズ 15：00～16：00	【有料】 エアロ短期 スクール 15：50～16：40 高木愛澄	いちねんサポートプログラム アドバンスクラス 14：45～15：30	キッズ 14:00～15:00	【有料】 ミライクキッズ 15：30～16：30	【有料】 キッズチアダンス マープルジュニア 17：00～18：00	キッズ 15:30～16:30	ジュニア1 16:30～17:30	13:00	
【有料】 キッズ ストリートダンス チャイルド 16：30～17：30	【有料】 キッズ空手 チャイルド 16：30～17：30	登録者限定 予約制	キッズ 15:30～16:30	【有料】 ミライクキッズ 16：00～17：00	【有料】 キッズ空手 チャイルド 17：00～18：00 根本武千代	登録制	ジュニア1 12:50～14:00	【有料】 ジャズダンス スクール 17：30～18：45 太田花子	【有料】 キッズチアダンス マープルトップ 18：00～19：00	【有料】 キッズチアダンス マープルトップ 18：00～19：00	ジュニア1 16:30～17:30	13:30	
【有料】 キッズ ストリートダンス ジュニア 17：30～18：30	【有料】 キッズ空手 ジュニア 17：30～18：30	登録者限定 予約制	ジュニア1 16:30～17:30	【有料】 ミライクジュニア 17：00～18：00	【有料】 ジュニア 空手スクール 18：00～19：00 根本武千代	いちねんサポートプログラム 女性コース 17：00～17：30	キッズ 14:00～15:00	【有料】 ミライクキッズ 15：30～16：30	【有料】 キッズチアダンス マープルジュニア 17：00～18：00	【有料】 キッズチアダンス マープルトップ 18：00～19：00	ジュニア1 16:30～17:30	14:00	
【有料】 キッズ ストリートダンス アドバンス 18：35～19：35	定員50名 【映像】 Group Centergy30 19:45～20:15	登録制	ジュニア2 17:30～18:30	定員32名 TOBIPPA 30 18：30～19：00 又木こころ	【有料】 ジュニア 空手スクール 19：00～20：00 根本武千代	いちねんサポートプログラム アドバンスクラス 17：45～18：30	キッズ 15:00～16:00	【有料】 ミライクキッズ 15：30～16：30	【有料】 キッズチアダンス マープルジュニア 17：00～18：00	【有料】 キッズチアダンス マープルトップ 18：00～19：00	ジュニア1 16:30～17:30	14:30	
定員50名 【映像】 Group Centergy30 19:45～20:15	定員55名 フリースタイルSTAGE ～ハウスダンス～ 20：10～20：55 西澤竜一	登録者限定 予約制	キッズ 15:30～16:30	登録料 無料 よさこいサークル 19:30～20:00 又木こころ			キッズ 15:00～16:00	【有料】 ミライクキッズ 15：30～16：30	【有料】 キッズチアダンス マープルジュニア 17：00～18：00	【有料】 キッズチアダンス マープルトップ 18：00～19：00	ジュニア1 16:30～17:30	15:00	
定員32名 TOBIPPA 15 20：35～20：50		登録制	ジュニア2 17:30～18:30	【有料】 スイムスクール 20:30～21:30			キッズ 15:00～16:00	【有料】 ミライクキッズ 15：30～16：30	【有料】 キッズチアダンス マープルジュニア 17：00～18：00	【有料】 キッズチアダンス マープルトップ 18：00～19：00	ジュニア1 16:30～17:30	15:30	
定員32名 TOBIPPA 30 21：05～21：35 近藤夏実	定員55名 Group Blast 30 21：45～22：15 田中誠	登録者限定 予約制	ジュニア3 18:30～19:30	【有料】 スイムスクール 20:30～21:30			キッズ 15:00～16:00	【有料】 ミライクキッズ 15：30～16：30	【有料】 キッズチアダンス マープルジュニア 17：00～18：00	【有料】 キッズチアダンス マープルトップ 18：00～19：00	ジュニア1 16:30～17:30	16:00	
【通常利用時間】 マシジム・プールは 23：20 まで				【通常利用時間】 マシジム・プールは 20:50 まで				【通常利用時間】 マシジム・プールは 19:50 まで				16:00	
				※表記について ■ レッスン内容・時間・インストラクター変更 ■ 有料スクール				・全レッスン【WEB予約制】です。スタジオ予約システムにて事前にご登録の上、ご参加ください。 (有料レッスン・映像レッスンは除く) ※スタジオ予約システムのご利用には事前のご登録が必要となります。				16:30	
				※サークル予約について 前月の3週目開始日の24：00より翌月サークルのご予約が可能となります。 3週目開始日は“いちねんサポートプログラム”カレンダーに準じております。 予約開始について、ご不明点がある場合はお近くのキャストまでお問合せください。 7月予約開始：6/17(火)0：00				・レッスン予約公開期間は、21日先の同時刻に終了するレッスンまでとなります。 ・同時予約可能枠数は、ご登録の会員種別によって異なります。 ①メガロスゴールド等、複数店舗利用可能会員 ②フルタイム会員/U39会員/U32会員/U27会員/ババママ会員 ③①②以外の会員種別				12枠 8枠 6枠	17:00
								・WEB予約締め切りは、レッスン開始5分前までです。				17:30	
								・予約の変更（場所の変更・キャンセル）は、レッスン開始30分前までです。				18:00	
								・スタジオへの入場は、レッスン開始10分前です。				18:30	
								・スタジオへの入場順はございません。開始時刻までにご入場ください。				19:00	
								・急な休講・変更の場合がございます。 その際は、レッスンにご予約されている皆様へ、スタジオ予約システムにご登録いただいているアドレスへメールにてお知らせいたします。				19:30	
								・スケジュールは定期的な改正やイベントにより変更となる場合がございます。				20:00	