

メガロス柏スタジオスケジュール

GROUP **POWER**

GROUP **BLAST**

GROUP **fight**

GROUP **groove**

GROUP **CENTERGY**

 **ZUMBA**
FITNESS

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													MEGALOS KASHIWA Time Line For Studio , Gym , Aqua												
	月曜日				火曜日				水曜日				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	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				営業開始 9:00				営業開始 9:00				営業開始 9:00				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 相久井里美			【有料】陳式太極拳 短期スクール 9:00~10:00 熊房子	定員55名 エンジョイエアロ 9:35~10:05 島根典子			定員50名 【映像】REBORNS FIT Group Power 30 9:15~9:45	定員55名 太極拳 9:30~10:00 熊房子			定員50名 ミライクジュニア 8:15~9:15	【有料】REBORNS FIT 9:00~10:00 岡田美穂			【有料】ミライクジュニア 8:15~9:15	定員40名 定員55名 トラディショナルヨーガ 9:30~10:10 下玉利昌子			9:30				
10:00	定員50名	定員55名			定員50名				定員50名				定員50名	【映像】REBORNS FIT Group Power 30 9:25~9:55			定員50名	ミライクキッズ 9:15~10:15			10:00				
10:30	ラテンバシオン 10:15~10:55 KAORU	エンジョイエアロ 10:20~10:50 河合清美	定員5名 共通コース 10:30~10:40		バーニングエアロ 10:10~10:50 普神美穂	トラディショナルヨーガ 10:20~11:00 小林真章	登録制		アドバンスエアロ 10:00~10:45 加藤由美子				定員50名	フタダス 10:20~10:50 フミコ			定員55名	アドバンスエアロ 9:30~10:15 赤崎由美子			10:30				
11:00	定員50名	定員55名			定員50名				【有料】太極拳 スクール 10:15~11:30 熊房子				定員36名	【有料】フタダス 短期スクール 11:00~11:45 フミコ			定員50名	エンジョイステップ 10:30~11:10 前田ゆきえ			11:00				
11:30	やさしいジャズダンス 11:10~11:40 五十嵐康生	やさらぎヨーガ 11:05~11:35 河合清美	いちねんサポートプログラム 共通コース 11:00~11:30		ボデデザインセラティス 11:10~11:50 島根典子	【有料】REBORNS SENIOR 11:20~12:20 古宮優至	登録者限定 予約制		【有料】REBORNS FIT 11:00~12:00 古宮優至				定員50名	アドバンスエアロ 11:00~11:45 江村浩二			定員50名	トラディショナルヨーガ 11:20~12:00 岩本律子			11:30				
12:00	ジャズダンスSTAGE 11:50~12:20 五十嵐康生	バーニングステップ 11:50~12:30 河合清美	いちねんサポートプログラム アドバンスクラス 11:45~12:30		定員50名				Group Century 30 11:45~12:15 岡田美穂	定員55名			定員50名	エンジョイエアロ 12:05~12:35 江村浩二			定員55名	Group Power 45 11:25~12:10 永留圭大			12:00				
12:30					【映像】Group Power 30 12:00~12:30					定員50名				定員50名	ジャズダンスSTAGE 12:00~12:30 小見美雪			定員50名	歌ってMOVE 12:25~12:55 永留圭大			12:30			
13:00	【有料】ジャズダンス スクール 12:30~13:45 五十嵐康生	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 進藤藍子	登録制		【有料】REBORNS FIT 12:45~13:45 永留圭大	アドバンスエアロ 13:00~13:45 江村浩二	登録者限定 予約制		定員50名	エンジョイエアロ 12:30~13:00 田中誠				定員40名	アドバンスエアロ 12:40~13:55 小見美雪			定員55名	入門太極拳 13:25~13:55 山本葉子			13:00			
13:30		定員50名			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				定員50名	アドバンスエアロ 13:20~14:00 葉山佐知子			定員50名	マヨサイエンス 13:35~14:15 吉田淳子			13:30			
14:00	定員50名	定員32名			定員50名				女性専用 定員50名 infinity flow 30 14:00~14:45 岡田美穂	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 14:20~15:05 吉村麻美香				定員55名	ベリーダンス 14:10~14:50 アイーシャ			定員55名	エンジョイエアロ 14:10~14:40 高木愛澄			14:00			
14:30	定員50名	定員32名			定員50名					定員55名				定員50名	グループグルーブ 30 15:00~15:40 西河かおる			定員55名	ウォーカリズム 15:05~15:50 山本 尚美			14:30			
15:00	ボデデザインセラティス 14:40~15:20 美毛瑠子				定員50名					定員55名				定員50名	ミライクキッズ 15:00~16:00			定員55名	【有料】キッズエアダンス キッズ 14:25~15:25			15:00			
15:30	定員50名				トラディショナルヨーガ 15:00~15:40 川台幸子	【有料】フタダス スクール 15:00~16:15 フミコ			【有料】REBORNS FIT 15:00~16:00 田中誠					定員50名	グループグルーブ 30 15:10~15:40 西河かおる			定員55名	【有料】キッズエアダンス キッズ 14:25~15:25			15:30			
16:00	トラディショナルヨーガ 15:35~16:15 美毛瑠子	【有料】キッズバレエ チャイルド 15:30~16:30			定員50名					定員55名				定員50名	グループグルーブ 30 15:10~15:40 西河かおる			定員55名	【有料】キッズエアダンス キッズ 14:25~15:25			16:00			
16:30					【有料】キッズ キッズ空手 チャイルド 16:30~17:30	【有料】キッズ キッズ空手																			

メガロス柏スタジオスケジュール

GROUP **POWER**

GROUP **BLAST**

GROUP **fight**

GROUP **groove**

GROUP **CENTERGY**

 **ZUMBA**
FITNESS

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

[illegible]

2025年10月／メガロス柏 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			クラブプール			スクールプール			クラブプール			スクールプール			クラブプール			スクールプール			クラブプール		
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
9:30	9:00 OPEN						9:00 OPEN						9:00 OPEN						9:00 OPEN					
10:00	アクアダンス45 増田 優子 9:45～10:30						アクアアドバン30 ゆみ 9:45～10:15						アクアダンス45 増田 優子 9:45～10:30						アクアダンス30 ゆみ 10:00～10:30					
10:30													アクアフェイス30 増田 優子 10:40～11:10											
11:00							スイムレーニン30 キョウ子 11:00～11:30												ベビースクール 11:00～12:00					
11:30	ベビースクール 11:00～12:00																		スイムレーニン30 入野 亜由子 11:15～11:35					
12:00																			平達子 入野 亜由子 11:40～12:00					
12:30	【有料】 スイムスクール 12:00～13:00 初級：松下 中級：野坂 上級：中村						【有料】 フィンサークル 12:00～13:00						【有料】 スイムスクール 12:00～13:00 初級：松下 中級：野坂 上級：中村											
13:00	【有料】 スイムスクール 12:00～13:00 初級：松下 中級：野坂 上級：中村						【有料】 スイムスクール 12:00～13:00 初級：松下 中級：野坂 上級：中村						【有料】 スイムスクール 12:00～13:00 初級：松下 中級：野坂 上級：中村											
13:30	【有料】 スイムスクール 12:00～13:00 初級：松下 中級：野坂 上級：中村						【有料】 スイムスクール 12:00～13:00 初級：松下 中級：野坂 上級：中村						【有料】 スイムスクール 12:00～13:00 初級：松下 中級：野坂 上級：中村											
14:00	【有料】 スイムスクール 12:00～13:00 初級：松下 中級：野坂 上級：中村						【有料】 スイムスクール 12:00～13:00 初級：松下 中級：野坂 上級：中村						【有料】 スイムスクール 12:00～13:00 初級：松下 中級：野坂 上級：中村											
14:30	【有料】 スイムスクール 12:00～13:00 初級：松下 中級：野坂 上級：中村						【有料】 スイムスクール 12:00～13:00 初級：松下 中級：野坂 上級：中村						【有料】 スイムスクール 12:00～13:00 初級：松下 中級：野坂 上級：中村											
15:00	準備 15:15～						準備 15:15～						準備 15:15～						準備 15:15～					
15:30	キッズ 15:30～16:30						キッズ 15:30～16:30						キッズ 15:30～16:30						キッズ 15:30～16:30					
16:00	キッズ 15:30～16:30						キッズ 15:30～16:30						キッズ 15:30～16:30						キッズ 15:30～16:30					
16:30	ジュニア1 16:30～17:30						ジュニア1 16:30～17:30						ジュニア1 16:30～17:30						ジュニア1 16:30～17:30					
17:00	ジュニア1 16:30～17:30						ジュニア1 16:30～17:30						ジュニア1 16:30～17:30						ジュニア1 16:30～17:30					
17:30	ジュニア2 17:30～18:30						ジュニア2 17:30～18:30						ジュニア2 17:30～18:30						ジュニア2 17:30～18:30					
18:00	ジュニア2 17:30～18:30						ジュニア2 17:30～18:30						ジュニア2 17:30～18:30						ジュニア2 17:30～18:30					
18:30	ジュニア3 18:30～19:30						ジュニア3 18:30～19:30						ジュニア3 18:30～19:30						ジュニア3 18:30～19:30					
19:00	選手 18:30～20:30						選手 18:30～20:30						選手 18:30～20:30						選手 18:30～20:30					
19:30	選手 18:30～20:30						選手 18:30～20:30						選手 18:30～20:30						選手 18:30～20:30					
20:00																								
20:30																								
21:00	【有料】 スイムスクール 20:30～21:30 マスターズ 退出						【有料】 マスターズサークル 20:30～21:30						【有料】 スイムスクール 21:00～22:00 初年級：飯田 上級：笠原						【有料】 スイムスクール 20:30～21:30 初級：野坂 中級：熊谷 上級：松下					
21:30	【有料】 スイムスクール 20:30～21:30 マスターズ 退出						【有料】 マスターズサークル 20:30～21:30						【有料】 スイムスクール 21:00～22:00 初年級：飯田 上級：笠原						【有料】 スイムスクール 20:30～21:30 初級：野坂 中級：熊谷 上級：松下					
22:00																								
22:30																								
23:00	【プール：23:20 CLOSE】						【施設：23:30 CLOSE】						【施設：23:30 CLOSE】						【施設：23:30 CLOSE】					

2025年10月／メガロス柏 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						クラブプール						スクールプール						クラブプール					
1 2 3 4 5 6 1 2 3 4 5 6 1 2 3 4 5 6 1 2 3 4 5 6																							
9:00 (9:00 OPEN)												9:00 OPEN											
ジュニア1 9:30～10:30												ジュニア2・3 9:00～10:00											
ジュニア1 10:30～11:00												ジュニア1 10:00～11:00											
ベビースクール 10:30～12:00												キッズ 11:00～12:00											
キッズ 10:45 ～11:45												キッズ 11:00～12:00											
スイムトレーニング45 キヤスト 12:00～12:45												キッズ 12:00～ 13:00											
キッズ 12:00 ～13:00												キッズ 12:00 ～13:00											
12:45～準備												キッズ 12:00 ～13:00											
ジュニア1 13:00～14:00												少人数制 キッズスクール 13:00～ 14:00											
キッズ 14:00～15:00												【有料】 フィンサークル 13:30～14:30											
キッズ 15:00～16:00												【有料】 マスターズサークル 14:30～15:30											
ジュニア1 16:00～17:00												キッズ 15:30～16:30											
ジュニア2 17:00～18:00												ジュニア1 16:30～17:30											
ジュニア3 18:00～19:00												10月度ファミリー遊泳日 19日(日) ※開催日は変更になる 場合があります。											
選手 19:00～21:00												【プール：19:50 CLOSE】 【施設：20:00 CLOSE】											
【プール：20:50 CLOSE】 【施設：21:00 CLOSE】																							
スイムスクールクラスについて																							
フリー開放について																							
21:30																							
＜初級＞ クロール25m完泳・背泳ぎ25m完泳・平泳ぎ挑戦																							
＜中級＞ クロール50m完泳・背泳ぎ25m上達・平泳ぎ25m完泳・バタフライ挑戦																							
＜上級＞ クロール50m上達・背泳ぎ50m上達・平泳ぎ25m上達・バタフライ25m完泳 個人メドレー100m完泳																							
＜マスターズ＞ 大会参加に向けた基礎・スピードアップ・持久力アップ・フォーム修正等を目的としたクラスです。																							
22:30																							
初めての方も安心♪まずは一度体験してみよう！																							
23:00																							

10月のフリー遊泳日	
【フリー遊泳日について】	
＊フリー遊泳日はフリースタイルプログラムを含むすべての無料アクアプログラムが休講となります。 ＊有料レッスン、スクールは実施いたします。 ＊フリー遊泳日に、費用は実施できないレッスンなど、各種イベントを実施する場合もございます。 ＊5週目のアクアに関しては、フリー遊泳日・特別プログラムに記載がなければ実施いたしません。	
10月プログラムフリー遊泳日実施なし 特別アクアプログラムをご覧ください。	
水中運動サークル	
対象：サークル登録者	
⇒どなたでも登録できます！登録無料！	
※メインフロントにて登録の手続きが必要となります。 ※参加の場合は、出席登録をお願いします。 ※開催日程は、アクアプログラムにてご確認ください。	
特別プログラムにて実施日の記載をいたします。 今しばらくお待ちください。	
10月度フィンサークルにお申し込みの方	
■開催日のお知らせ■	
火曜日：10/7・14・21・28 12：00～13：00 日曜日：10/5・12・19・26 13：30～14：30	
アクアプログラム参加時の注意事項・ご案内	
＊皆様の体力・泳力の、より良い向上のためにも、 同種目で「入門プログラム」と「応用プログラム」併せてのご参加はご遠慮ください。 「スイムトレーニング入門」と「スイムトレーニング30・45」併せてのご参加もご遠慮ください。 ＊レッスンに参加される場合は、プールサイドで受付が必要となります。 ＊レッスン開始後5分が過ぎても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。 ＊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。 ＊体調管理をお願いいたします。体調に異常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・血圧を測って確認ください。） ＊定員制のプログラムに関しては受付方法が異なります。 ＊スイムスクール・フィンサークル・マスターズサークルは登録制（有料制）となります。 ＊アクアプログラムに急なレッスン休講、代行等がある場合は、店舗・HPにて掲載いたします。	
施設利用時の注意事項・ご案内	
＊ご案内しておりますコース等は、プール利用状況により変更する場合がございます。 ＊子どもとスクール施設は、事故のために15分前から利用を制限させていただきます。予めご了承ください。	
パーソナルレッスンのご案内	
受付開始日 前月の20日（金曜の場合は21日） 受付場所 プールカウンターの他、メインフロント、お電話でもご予約可能です。 キャンセル レッスン開始前まで	
■パーソナルレッスン（30分） 参加費 6,050円(税込)	
※お一人最大2名まで予約可能です。 ※時間外の方でも同料金でのご参加です。前後1時間の施設利用が可能です。 ※ご予約のレッスンをすべて終了しただけの予約が可能です。 ※受付期日はプールカウンターの他、メインフロントのみでの受付になります。 お電話でご予約の場合は受付日翌日以降になりますのでご了承ください。	
【日時】 毎月第1 週目の日曜日 【時間】 17：30～19：00	
【対象】 メガロスバスクール会員様とそのご家族 【料金】 無料 【利用方法】 メインフロントより入館後スクールロッカーにて着替えをし、 フリー開放で参加となります。	
会員様のご家族（3親等まで）でメガロスのプールをご利用できます！	