



メガロス吉祥寺 11月スタジオスケジュール

※黄色になっているクラスは前月から変更となっているクラスとなります。(映像レッスン除く)

- WEB予約・定員人数について
- WEB予約は21日先の同時刻に終了するレッスンまで予約が可能です。
- 定員は各クラスの定員数をご確認ください。

2024/9/29 更新

スタジオ・アクアスケジュール Time Line For Studio , Aqua

時間	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	プール	スタジオA	スタジオB	プール	スタジオA	スタジオB	プール	スタジオA	スタジオB	プール	スタジオA	スタジオB	プール	スタジオA	スタジオB	プール	
9:30	通常営業開始 9:30						通常営業開始 9:30						通常営業開始 9:30						
10:00	定員制 32名 エンジョイステップ 10:00-10:30 松原 由香	定員制 45名 トラディショナル 10:25-11:10 舛川 朝子		定員制 45名 トラディショナル 10:20-11:05 北村 勝	定員制 45名 ボディメイクエアロ 10:35-11:20 高木 愛澄		※新プログラム 定員制 45名 DsD 10:00-10:30 高木 愛澄			定員制 40名 週替わりヨガ 10:00-10:45 山田 多佳子	定員制 45名 ミライスクール キッズ 9:30-10:30 MASATO	定員制 45名 キッズスイム 8:30-9:30	定員制 45名 ミライスクール キッズ 9:30-10:30	キッズスイム 8:30-9:30 ※プログラム上 準備のため 前後10分も 使用コースに含む		定員制 45名 ミライスクール キッズ 9:30-10:30	定員制 45名 ミライスクール キッズ 9:30-10:30		
10:30	定員制 45名 エンジョイエアロ 10:45-11:15 松原 由香		■整理券・32名 アクアダンス 10:30-11:00 湯原 聖子		定員制 45名 アクアダンス 10:30-11:00 中桐 桃代		定員制 45名 アクアダンス 10:30-11:00 中桐 桃代		定員制 45名 アクアダンス 10:30-11:00 山路 陽子		定員制 45名 アクアダンス 10:50-11:20 MASATO		定員制 45名 アクアダンス 10:30-11:10 山田 朋恵		定員制 45名 アクアダンス 10:30-11:10 山田 朋恵		定員制 45名 アクアダンス 10:50-11:20 森 裕子		
11:00							定員制 31名 Group Power 11:50-12:20 針谷 弥咲			定員制 40名 ミライスクール ベビー 11:15-12:15			定員制 31名 Group Power 11:30-12:15 山田 朋恵		定員制 31名 Group Power 11:30-12:15 山田 朋恵			定員制 31名 Group Power 11:30-12:15 山田 朋恵	
11:30																			
12:00	ボルドブラ 11:30-12:15 早川 嘉一郎	定員制 45名 REBORNS FIT 11:30-12:30 磯部 幸代		定員制 36名 バレー 〜バレーレッスン〜 11:40-12:10 西澤 竜一		定員制 45名 ベビースイミング 11:15-12:15							定員制 45名 ベビースイミング 11:30-12:00 中桐 桃代						
12:30																			
13:00	フラダンス 12:30-13:15 Rie	■有料制 スイムスクール 【初・中級】 12:30-13:30		ZUMBA 12:30-13:15 小松 真太郎															
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	スタジオWEB予約について、ご不明点は館内の配布物をご覧いただくか、お近くのキャストまでお尋ね下さい。 ご登録はフロントにてお願い致します。																		
22:30	通常営業時間施設利用終了 22:50 通常営業終了 23:00																		
23:00	通常営業時間施設利用終了 22:50 通常営業終了 23:00																		

ビギナークラスとは...
ご入会から12ヶ月以内の方限定で
ご参加いただけるスタジオレッスンです。
初心者の方でもお気軽に参加できるレッスンと
なっております。
※ 青い表示のレッスンがビギナークラスです。
※ 時間や枠に関しては変更になる場合もございます。
予めご了承ください。

…このマークは、映像レッスンです。
…このマークは、隔週レッスンです。
奇数週・偶数週によって担当者もしくはレッスン内容が
変更いたしますのでご了承ください。

WEB予約は不要です。
レッスン開始前までにスタジオにお越しください。
参加は先着順となります。
時間や枠は変更になる場合もございます。予めご了承ください。
登録制について (■登録制)
登録制のサークルです。別途、フロントで登録が必要となります。
詳細・登録方法はメインフロントにてお尋ねください。
【内容】
(火) 奇数週:ランニング 偶数週:ウォーキング
(水)・(木)・(土) 奇数週:健康 偶数週:ランニング
(日) 奇数週:健康 偶数週:ウォーキング
有料制について (■有料制)
有料制のクラスです。別途、参加料金が必要となります。