# メガロス吉祥寺　10月スタジオスケジュール【確定版】

※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）

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

### 月曜日

**スタジオA**
- 通常営業開始　9：30
- 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　エンジョイエアロ　10:45-11:15　松原　由香
- 定員制　45名　ボルドブラ　11:30-12:15　早川　嘉一郎
- 定員制　45名　フラダンス　12:30-13:15　Rie
- 定員制　45名　ビューティーフローピラティス　13:30-14:00　RAN
- 定員制　45名　RAN BOX　14:20-14:50　R A N
- 定員制　45名　リトモス　15:15-16:00　Sae
- 定員制 28名　TOBIPPA　19:20-19:50　山田
- 定員制　31名　Group Power　20:10-20:40　山田
- 定員制　45名　Group Fight　21:00-21:45　山田

**スタジオB**
- 定員制　45名　トラディショナルヨーガ　10:25-11:10　舛川　朝子
- ■有料制　REBORNS FIT　11:30-12:30　森田
- ■有料制　バレエスクール　13:00-14:00　橋本　紗英
- 定員制　45名　ヴォーカリズム　14:25-15:10　玉澤　明人
- ■有料制　ヴォイススクール　15:20-16:20　玉澤　明人
- 定員制　45名　ヒーリングアロマヨーガ　19:00-19:45　高屋　由紀子
- 定員制　40名　Group Centergy　20:05-20:35　住谷
- 【映像 定員制　40名】【映像】Group Centergy　21:15-21:30

**プール**
- ■整理券･32名　アクアダンス　10:30-11:00　湯原　聖子
- ■定員24名　スイムトレーニング　11:30-12:00
- ■有料制　スイムスクール【初級】　12:30-13:30
- ■有料制　フィンスクール【初級】　13:30-14:30
- ■整理券･32名　アクアアドバンス　14:45-15:15　坂口　典子
- キッズスイム　16:30-18:30　※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24名　スイムトレーニング　20:00-20:30
- ■有料制　スイムスクール【中上級】　21:00-22:00

### 火曜日

**スタジオA**
- 通常営業開始　9：30
- 定員制　45名　トラディショナルヨーガ　10:20-11:05　北村　勝
- 定員制　45名　フリースタイルSTAGE　11:30-12:15　西澤　竜一
- 定員制　45名　ZUMBA　12:30-13:15　秋谷 肖香
- 定員制　45名　バレトンソールシンセシス　13:30-14:15　中村　まさみ
- 定員制　35名　オリジナルコンディショニング　14:30-15:15　金子　智恵
- 空手スクールキッズ　15:30-16:15
- 空手スクールジュニア　16:30-17:30
- 定員制 28名　TOBIPPA　20:00-20:30　坂本
- 【ﾋﾞｷﾞﾅｰｸﾗｽ 定員制 10名】VOLTBOX15　20:55-21:10　坂本
- 定員制　10名　VOLTBOX20　21:25-21:45　坂本

**スタジオB**
- 定員制　45名　ボディメイクエアロ　10:30-11:15　高木　愛澄
- 定員制　36名　バレエ～バーレッスン～　11:40-12:10　中川　愛子
- 定員制　45名　バレエ　12:30-13:00　中川　愛子
- 定員制　45名　やさしいピラティス　13:35-14:05　石関　みどり
- 定員制　45名　ラテンパシオン　14:20-15:05　石関　みどり
- ミライクスクールキッズ　15:30-16:30
- ミライクスクールジュニア　16:30-17:30
- ミライクスクールラン　17:30-18:30
- こちらのクラスは入会から1年未満の方限定のクラスです！
- 定員制　40名　Group Centergy　20:00-20:45　山田
- ■登録制　ウォーキングサークル　21:00-21:30　小澤

**プール**
- ■整理券･32名　アクアアドバンス　10:30-11:00　中桐　桃代
- ベビースイミング　11:15-12:45
- ■有料制　パーソナルレッスン　13:00-13:30
- ゆっくり歩行　13:30-13:50　(8日実施)
- ■有料制　フィンスクール【中級】　14:00-15:00
- キッズスイム　15:30-18:30　※プログラム上準備のため前後10分も使用コースに含む
- ■有料制　パーソナルレッスン　19:30-20:00
- ■有料制　マスターズサークル　20:00-21:00

### 水曜日

**スタジオA**
- 通常営業開始　9：30
- ■有料制　REBORNS FIT　10:30-11:30　青池
- 定員制　40名　Group Centergy　11:45-12:30　小松　明日美
- 定員制　45名　ジャズダンスSTAGE　12:45-13:30　松本　真実
- 定員制　31名　Group Power　13:45-14:15　青池
- ■登録制　ウォーキングサークル　14:30-15:00　青池
- ミライクスクールキッズ　15:30-16:30
- ミライクスクールキッズ　16:30-17:30
- ミライクスクールジュニア　17:30-18:30
- 定員制　10名　VOLTBOX20　19:30-19:50　田嶋
- 定員制 28名　TOBIPPA　20:10-20:40　田嶋
- 定員制　32名　Group Blast　21:00-21:45　磯部

**スタジオB**
- 定員制　45名　DsD　9:50-10:20　高木　愛澄
- 定員制　45名　アドバンスエアロ　10:35-11:20　高木　愛澄
- 定員制　45名　バーニングエアロ　11:35-12:05　小山　江里子
- 定員制　45名　ZUMBA　12:15-13:00　小山　江里子
- 定員制　45名　入門太極拳　13:15-13:45　増岡　美奈江
- 定員制　45名　太極拳　14:00-14:30　増岡　美奈江
- ※女性専用　定員制　40名　infinity flow　15:05-15:35　前田　京子
- 健脚教室　16：00-17：30
- 定員制　45名　フリースタイルNEXT【ハウスダンス】　19:20-20:05　万里
- 【映像 定員制　40名】【映像】Group Centergy　20:25-20:40
- 定員制　45名　ボディデザインピラティス　21:00-21:45　佐藤　嘉美

**プール**
- ■整理券･32名　アクアダンス　10:30-11:00　山路　陽子
- ■有料制　REBORNS SWIM　11:30-12:30
- ■有料制　スイムスクール【中上級】　12:30-13:30
- ■有料制　パーソナルレッスン　13:30-14:00
- ■整理券･32名　アクアシェイプ　14:45-15:15　中桐　桃代
- キッズスイム　15:30-18:30　※プログラム上準備のため前後10分も使用コースに含む
- ■有料制　パーソナルレッスン　19:30-20:00
- ■定員24名　スイムトレーニング　20:15-21:00
- ■有料制　フィンスクール【上級】　21:00-22:00

### 木曜日

**スタジオA**
- 通常営業開始　9：30
- 定員制　45名　らくらくエアロ　10:25-10:55　丸川　博史
- 定員制　45名　バーニングエアロ　11:10-11:40　丸川　博史
- 定員制　45名　トラディショナルヨーガ　12:00-12:45　前田　京子
- 定員制　45名　ヴォーカリズム　13:10-13:40　御手洗　香代
- 定員制　45名　ハーモニズム　13:55-14:25　御手洗　香代
- 定員制　45名　トラディショナルヨーガ　14:40-15:10　舛川　朝子
- 定員制　35名　美脊柱ヨーガ　15:30-16:00　舛川　朝子
- 定員制　40名　Group Centergy　16:15-17:00　磯部
- こちらのクラスは入会から1年未満の方限定のクラスです！
- 【ﾋﾞｷﾞﾅｰｸﾗｽ 定員制 10名】VOLTBOX15　19:10-19:25　豊田
- 定員制　10名　VOLTBOX20　19:40-20:00　豊田
- 定員制　28名　TOBIPPA　20:20-20:50　豊田
- 定員制　45名　Group Fight　21:10-21:55　高橋

**スタジオB**
- ◆定員制　40名　週替わりヨーガ　10:00-10:45　山田　多佳子
- 奇数週：美曲線ヨーガ　偶数週：カジュアルリズムヨーガ
- ミライクスクールベビー　11:15-12:15
- ■登録制　ウォーキングサークル　13:15-13:45　蓑茂
- ■有料制　REBORNS FIT　14:00-15:00　蓑茂
- 定員制　45名　Group Fight　15:20-15:50　山田
- ■有料制　太極拳スクール　16:10-17:10　増岡　美奈江
- 定員制　45名　Group Groove　20:00-20:45　松本
- 定員制　45名　トラディショナルヨーガ　21:00-21:45　美宅　玲子

**プール**
- カジュアルリズムヨーガの参加にはシューズが必要です。
- ■整理券･32名　アクアダンス　10:30-11:00　増田　祥子
- ■定員24名　スイムトレーニング　11:30-12:00
- ■有料制　パーソナルレッスン　12:00-12:30
- ■有料制　スイムスクール【初級】【中上級】　12:30-13:30
- ■有料制　パーソナルレッスン　13:30-14:00
- ■有料制　フィンスクール【上級】　14:00-15:00
- キッズスイム　15:30-18:30　※プログラム上準備のため前後10分も使用コースに含む
- ■整理券･32名　T-Crush　19:50-20:20　本田　佑輝
- ■有料制　スイムスクール【上級】　20:30-21:30

### 土曜日

**スタジオA**
- 通常営業開始　9：30
- 定員制　45名　らくらくエアロ　10:00-10:30　MASATO
- 定員制　45名　バーニングエアロ　10:45-11:15　MASATO
- 【ﾋﾞｷﾞﾅｰｸﾗｽ 定員制 10名】VOLTBOX20　11:35-11:55　青池
- 定員制　10名　VOLTBOX20　12:05-12:25　青池
- 定員制　28名　TOBIPPA　12:45-13:15　中西
- 定員制　32名　バーニングステップ　13:30-14:15　依田　直也
- 定員制　45名　エンジョイエアロ　14:30-15:00　依田　直也
- 定員制　32名　Group Blast　15:40-16:25　小松　明日美
- ミライクスクールパーソナル　16:45-17:45

**スタジオB**
- ミライクスクールキッズ　9:30-10:30
- ミライクスクールキッズ　10:30-11:30
- ミライクスクールジュニア　11:30-12:30
- ミライクスクールパーソナル　12:30-13:30
- 定員制　45名　トラディショナルヨーガ　13:45-14:15　小松　明日美
- 定員制　40名　Group Centergy　14:30-15:15　小松　明日美
- 定員制　45名　ボディデザインピラティス　15:30-16:15　原田　正美
- ■登録制　ランニングサークル　16:30-17:00　青池

**プール**
- キッズスイム　8:30-9:30
- ベビースイミング　10:00-11:45
- ■整理券･32名　アクアシェイプ　11:55-12:25　中桐　桃代
- ■有料制　スイムスクール【初中級】【中上級】　12:30-13:30
- ■定員24名　スイムトレーニング　13:35-14:05
- キッズスイム　14:30-18:30　※プログラム上準備のため前後10分も使用コースに含む
- ■有料制　マスターズサークル　19:00-20:00

通常営業時間施設利用終了　20：50　通常営業終了　21：00

### 日曜日

**スタジオA**
- 通常営業開始　9：30
- ミライクスクールベビー　9:30-10:30
- 定員制　45名　フレグランスグリーンヨーガ　10:50-11:30　山田
- 定員制　31名　Group Power　11:50-12:35　山田
- 定員制　45名　Group Groove　12:50-13:20　蓑茂
- 定員制　32名　Group Blast　13:35-14:05　森田
- 定員制　45名　Group Fight　14:20-15:05　山田
- 定員制　40名　Group Centergy　15:25-15:55　山田
- ■登録制　ボディメイクサークル　16:15-16:45　森田

**スタジオB**
- ミライクスクールキッズ　9:30-10:30
- ミライクスクールベビー　10:30-11:30
- ミライクスクールジュニア　11:30-12:30
- ミライクスクールパーソナル　12:30-13:30
- 定員制　45名　ZUMBA　13:45-14:30　小松　真太郎
- ■有料制　ダンス短期スクール　14:45~15:45
- 定員制　45名　トラディショナルヨーガ　16:00-16:45　前田　京子
- ミライクスクールラン　17：30-18：30

**プール**
- 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
- ■有料制　パーソナルレッスン　11:25-11:55
- キッズスイム　12:00-13:00　※プログラム上準備のため前後10分も使用コースに含む
- ■有料制　パーソナルレッスン　13:00-13:30
- ■有料制　スイムスクール【初中級】　13:30-14:30
- ■有料制　フィンスクール【中級】　14:30-15:30
- ■有料制　スイムスクール【マスターズクラス】　15:45-16:45

通常営業時間施設利用終了　19：50　通常営業終了　20：00

**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。**

**通常営業時間施設利用終了　２２：５０　通常営業終了　２３：００**

### ･･･このマークは、映像レッスンです。

- 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。

### □　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。

### □　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
- 予約はレッスン開始5分前まで可能です。
- キャンセルはレッスン開始30分前まで可能です。

### □　隔週レッスンのお知らせ

◆ ･･･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。