

※スケジュールの変更がある場合がございます。

2025/2 (1.8更新)

は初心者向けクラスです

2月からの変更箇所

| 店舗情報 | | |
|-------|---------------|------------|
| ■営業時間 | 木曜日 | 0:00~23:30 |
| | 土曜日 | 7:00~24:00 |
| | 日曜日~水曜日 | 0:00~24:00 |
| ■休館日 | 毎週金曜日、夏期、年末年始 | |

MEGALOS KINSHICHO Time Line For Studio

| 時間 | 月曜日 | | 火曜日 | | 水曜日 | | 木曜日 | | 土曜日 | | 日曜日 | |
|-------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| | スタジオ | MEGALOS_Reflet | スタジオ | MEGALOS_Reflet | スタジオ | MEGALOS_Reflet | スタジオ | MEGALOS_Reflet | スタジオ | MEGALOS_Reflet | スタジオ | MEGALOS_Reflet |
| 7:30 | | ルフレ会員限定のクラスとなります。 ※すべて女性限定レッスン | | ルフレ会員限定のクラスとなります。 ※すべて女性限定レッスン | | ルフレ会員限定のクラスとなります。 ※すべて女性限定レッスン | | ルフレ会員限定のクラスとなります。 ※すべて女性限定レッスン | 施設開館時間 7:00 | | | ルフレ会員限定のクラスとなります。 ※すべて女性限定レッスン |
| 8:00 | | はレッスン消化対象外です | | はレッスン消化対象外です | | はレッスン消化対象外です | | はレッスン消化対象外です | | ルフレ会員限定のクラスとなります。 ※すべて女性限定レッスン | | はレッスン消化対象外です |
| 8:30 | | | | | | | | | | | | |
| 9:00 | | | | | | | | | | | | |
| 9:30 | | チェックイン 9:30 | | チェックイン 9:30 | | チェックイン 9:30 | | チェックイン 9:30 | | チェックイン 9:30 | | チェックイン 9:30 |
| 10:00 | | | | | | | | | | | | |
| 10:30 | 【ベビースクール】 ベビースマイル 10:00-10:45 【定員20名】 | | 【定員30名】 やすらぎヨガ 10:10-10:40 石井裕子 | | 【スクール】 REBORNS FIT 10:00-11:00 月額:5,500円(税込) | | 【ベビースクール】 ベビースマイル 10:00-10:45 【定員30名】 | | 【ベビースクール】 ベビースマイル 10:00-11:00 【定員8名】 | | 【ベビースクール】 ベビースマイル 10:00-11:00 【定員8名】 | 【ベビースクール】 ベビースマイル 10:00-11:00 【定員8名】 |
| 11:00 | 【定員10名】 歌うボイスエクササイズ 11:00-11:45 ENIWA | | 【定員30名】 Group Groove 30 11:20-11:50 小井戸実佳 | | 【定員30名】 エンジョイエロ 11:15-11:45 綿貫夏生 | | 【定員10名】 Reformer Active 11:15-11:45 綿貫夏生 | | 【定員8名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 | | 【定員8名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 | 【定員8名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 |
| 11:30 | 【定員30名】 トラディショナルヨガ 12:15-12:45 西内やよい | | 【定員30名】 グループグルーブ 12:00-12:30 IORI | | 【定員17名】 Group Power 15 12:00-12:15 【定員30名】 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 12:00-12:30 綿貫夏生 | | 【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 | | 【定員8名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 | 【定員8名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 |
| 12:00 | 【定員30名】 トラディショナルヨガ 12:15-12:45 西内やよい | | 【定員28名】 Group Blast 13:00-13:30 福島実季 | | 【定員17名】 Group Fight 30 13:30-14:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 14:15-14:45 福島実季 | | 【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 | | 【定員8名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 | 【定員8名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 |
| 12:30 | 【定員30名】 ボディアインベリタス 13:00-13:30 黒月ひろ | | 【定員16名】 Reformer pilates lower body45 13:00-13:45 出口優子 | | 【定員17名】 Group Fight 30 13:30-14:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 14:15-14:45 福島実季 | | 【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 | | 【定員8名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 | 【定員8名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 |
| 13:00 | 【定員30名】 ボディアインベリタス 13:00-13:30 黒月ひろ | | 【定員16名】 Reformer pilates lower body45 13:00-13:45 出口優子 | | 【定員17名】 Group Fight 30 13:30-14:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 14:15-14:45 福島実季 | | 【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 | | 【定員8名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 | 【定員8名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 |
| 13:30 | 【定員30名】 Group Fight 13:45-14:15 出口優子 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 14:15-14:45 福島実季 | | 【定員17名】 Group Fight 30 13:30-14:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 14:15-14:45 福島実季 | | 【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 | | 【定員8名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 | 【定員8名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 |
| 14:00 | 【定員28名】 TOBIPPA 14:35-15:05 出口優子 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 14:15-14:45 福島実季 | | 【定員17名】 Group Fight 30 13:30-14:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 14:15-14:45 福島実季 | | 【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 | | 【定員8名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 | 【定員8名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 |
| 14:30 | 【定員28名】 TOBIPPA 14:35-15:05 出口優子 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 14:15-14:45 福島実季 | | 【定員17名】 Group Fight 30 13:30-14:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 14:15-14:45 福島実季 | | 【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 | | 【定員8名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 | 【定員8名】 Reformer pilates Total Basic45 11:50-12:35 大塚奈津美 |
| 15:00 | 【定員30名】 【キッズスクール】 メガロスミライク キッズ 15:30-16:30 | | 【定員17名】 Group Blast 30 16:00-16:30 | | 【定員17名】 Group Fight 30 15:15-15:45 | | 【定員10名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | | 【定員10名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | | 【定員8名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | 【定員8名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 |
| 15:30 | 【定員30名】 【キッズスクール】 メガロスミライク ジュニア 16:30-17:30 | | 【定員17名】 Group Power 30 17:00-17:30 | | 【定員17名】 Group Fight 30 15:15-15:45 | | 【定員10名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | | 【定員10名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | | 【定員8名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | 【定員8名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 |
| 16:00 | 【定員30名】 【キッズスクール】 メガロスミライク ジュニア 16:30-17:30 | | 【定員17名】 Group Power 30 17:00-17:30 | | 【定員17名】 Group Fight 30 15:15-15:45 | | 【定員10名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | | 【定員10名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | | 【定員8名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | 【定員8名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 |
| 16:30 | 【定員30名】 【キッズスクール】 メガロスミライク ジュニア 16:30-17:30 | | 【定員17名】 Group Power 30 17:00-17:30 | | 【定員17名】 Group Fight 30 15:15-15:45 | | 【定員10名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | | 【定員10名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | | 【定員8名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | 【定員8名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 |
| 17:00 | 【定員30名】 【キッズスクール】 メガロスミライク ジュニア 16:30-17:30 | | 【定員17名】 Group Power 30 17:00-17:30 | | 【定員17名】 Group Fight 30 15:15-15:45 | | 【定員10名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | | 【定員10名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | | 【定員8名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | 【定員8名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 |
| 17:30 | 【定員30名】 【キッズスクール】 メガロスミライク ジュニア 16:30-17:30 | | 【定員17名】 Group Power 30 17:00-17:30 | | 【定員17名】 Group Fight 30 15:15-15:45 | | 【定員10名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | | 【定員10名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | | 【定員8名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | 【定員8名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 |
| 18:00 | 【定員30名】 【キッズスクール】 メガロスミライク ジュニア 16:30-17:30 | | 【定員17名】 Group Power 30 17:00-17:30 | | 【定員17名】 Group Fight 30 15:15-15:45 | | 【定員10名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | | 【定員10名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | | 【定員8名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | 【定員8名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 |
| 18:30 | 【定員30名】 【キッズスクール】 メガロスミライク ジュニア 16:30-17:30 | | 【定員17名】 Group Power 30 17:00-17:30 | | 【定員17名】 Group Fight 30 15:15-15:45 | | 【定員10名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | | 【定員10名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | | 【定員8名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 | 【定員8名】 Reformer Active 15:00-15:30 朴谷唯 |
| 19:00 | 【定員30名】 ZUMBA® 19:00-19:30 藤田ひとみ | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員17名】 Group Fight 30 18:30-19:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員8名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | 【定員8名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 |
| 19:30 | 【定員30名】 ZUMBA® 19:00-19:30 藤田ひとみ | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員17名】 Group Fight 30 18:30-19:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員8名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | 【定員8名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 |
| 20:00 | 【定員30名】 ZUMBA® 19:00-19:30 藤田ひとみ | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員17名】 Group Fight 30 18:30-19:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員8名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | 【定員8名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 |
| 20:30 | 【定員30名】 ZUMBA® 19:00-19:30 藤田ひとみ | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員17名】 Group Fight 30 18:30-19:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員8名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | 【定員8名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 |
| 21:00 | 【定員30名】 ZUMBA® 19:00-19:30 藤田ひとみ | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員17名】 Group Fight 30 18:30-19:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員8名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | 【定員8名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 |
| 21:30 | 【定員30名】 ZUMBA® 19:00-19:30 藤田ひとみ | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員17名】 Group Fight 30 18:30-19:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員8名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | 【定員8名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 |
| 22:00 | 【定員30名】 ZUMBA® 19:00-19:30 藤田ひとみ | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員17名】 Group Fight 30 18:30-19:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員8名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | 【定員8名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 |
| 22:30 | 【定員30名】 ZUMBA® 19:00-19:30 藤田ひとみ | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員17名】 Group Fight 30 18:30-19:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員8名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | 【定員8名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 |
| 23:00 | 【定員30名】 ZUMBA® 19:00-19:30 藤田ひとみ | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員17名】 Group Fight 30 18:30-19:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員8名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | 【定員8名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 |
| 23:30 | 【定員30名】 ZUMBA® 19:00-19:30 藤田ひとみ | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員17名】 Group Fight 30 18:30-19:00 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | | 【定員8名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 | 【定員8名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨 |

4-18日
Group Groove
25日
Group Blast

6-20日
Group Blast
13-27日
Group Fight

■スタジオレッスンについて
-全クラス【WEB予約制】となっております。※映像レッスンは除く
WEB予約には事前の登録が必要です。
-WEB予約可能枠数は8枠(1枠消化で新たに予約可)です。
-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致します。
-WEB予約締め切りは、レッスン開始5分前です。
-WEB予約締切後の空枠分の整理券配布はございません。
-スタジオへの入場は、レッスン開始10分前からレッスン開始時刻までにご入場ください。
-急な休講・変更がある場合がございます。

■ホットヨガについて
-換気のため、平常時より温度や湿度が下がる場合がございます。
-ご理解、ご協力の程、よろしくお願ひ申し上げます。

■映像レッスンについて
-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。

チェックアウト 19:00

チェックアウト 21:00

チェックアウト 23:30

チェックアウト 23:30

チェックアウト 23:30

施設閉館時間 23:30

23:30