

※スケジュールは変更がある場合もございます。

2025/4 (3.9更新)

は初心者向けクラスです 4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		時間	
	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	7:00	
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	7:30	
8:30										【キッズスクール】 メガロスミライク ジュニア 8:00-9:00			8:00	
9:00														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		9:30
10:00														10:00
10:30	【ベビースクール】 ベビーマライク 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】 ベビーマライク 10:00-10:45				【キッズスクール】 メガロスミライク ジュニア 10:00-11:00	【定員8名】	10:30
11:00														11:00
11:30	歌うボイスエクササイズ 11:00-11:45 ENIWA 【定員10名】	Reformer pilates Total Basic45 11:30-12:15 出口優子	【定員8名】	【映像】 Group Groove 30 11:20-11:50		【定員30名】 エンジョイエロ 11:15-11:45 平野慶貴		【定員30名】 Reformer Active 11:15-11:45 綿貫夏生	ホットヨガガバウェア 11:05-11:50 石井裕子	【定員10名】	【定員8名】	【キッズスクール】 メガロスミライク ジュニア 11:00-12:00	ホットヨガガバウェア 11:00-11:45 田中真紀	11:30
12:00														12:00
12:30	【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8名】 ホットヨガガバウェア 12:00-12:45 岩本律子		【定員30名】 Reformer pilates Hip & Legs45 11:45-12:30 出口優子		【映像】 Group Fight 15 12:00-12:15		【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 12:00-12:30 綿貫夏生		【定員30名】 ZUMBA® 12:40-13:10 NOA		【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井浩浩	【定員8名】	12:30
13:00														13:00
13:30	【定員30名】 ボディデザインピラティス 13:00-13:30 星風矢		【定員28名】 Group Power 13:00-13:30 星風矢		【定員10名】 Reformer pilates Total Advance45 13:00-13:45 出口優子		【定員30名】 トラディショナルヨガ 12:30-13:15 中波美穂		【定員30名】 ZUMBA® 12:40-13:10 NOA		【定員8名】 オリジナルホットピラティス 12:50-13:35 RAN	【定員30名】 【無料登録制】 ランニングスクール 13:00-13:30 大塚奈津美	【定員30名】 Group Fight 13:10-13:40 貫井浩浩	13:30
14:00	【定員30名】 Group Fight 13:45-14:15 出口優子													14:00
14:30														14:30
15:00	【定員28名】 TOBIPPA 14:35-15:05 出口優子		【定員17名】 【映像】 Group Centergy 30 14:30-15:00		【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 14:15-14:45 福島美季									15:00
15:30														15:30
16:00	【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】 【映像】 Group Fight 30 15:15-15:45			【キッズスクール】 メガロスミライク キッズ 15:00-16:00								16:00
16:30														16:30
17:00	【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】 【映像】 Group Power 30 17:00-17:30			【キッズスクール】 メガロスミライク ジュニア 16:00-17:00								17:00
17:30														17:30
18:00	【キッズスクール】 ミライク ラン 17:30-18:30		【定員17名】 【映像】 Group Groove 30 18:00-18:30											18:00
18:30														18:30
19:00	【定員30名】 ZUMBA® 19:00-19:30 藤田ひとみ	【定員10名】 Infinity kick 19:00-19:30 二階堂奈保美	【定員8名】 ホットヨガガバウェア 19:00-19:45 盛園尚美	【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 18:45-19:15 鈴木友梨		【定員17名】 【映像】 Group Fight 30 18:30-19:00		【定員10名】 Infinity kick 18:45-19:15 大塚奈津美		【定員16名】 VOLTJUMP 19:15-19:45 綿貫夏生			19:00	
19:30														19:30
20:00	【定員30名】 エンジョイエロ 20:00-20:40 MASATO	【定員10名】 Reformer Active 20:00-20:30 二階堂奈保美	【定員8名】 ホットヨガガバウェア 20:00-20:45 盛園尚美	【定員30名】 ZUMBA® 19:30-20:15 Yuriyan		【定員17名】 【映像】 Group Groove 30 19:30-20:00		【定員10名】 Reformer pilates Waist45 19:45-20:30 微笑いずみ	ホットヨガガバウェア 19:30-20:15 留藤こず恵	【定員30名】 フリースタイル45 19:30-20:15 万里			20:00	
20:30														20:30
21:00	【定員17名】 【映像】 Group Fight 30 21:00-21:30	【定員12名】 【映像】 Group Groove 30 21:00-21:30		【定員30名・28名】 MOSSA 20:45-21:30 鈴木友梨		【定員28名】 Group Power 20:30-21:00 星風矢		【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 20:45-21:30 微笑いずみ	ホットヨガガバウェア 20:00-21:00 岸川ゆき	【定員28名・30名】 MOSSA 20:30-21:00 貫井浩浩	【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 21:00-21:30 鈴木友梨			21:00
21:30														21:30
22:00														22:00
22:30														22:30
23:00														23:00
23:30														23:30

1-15日
Group Groove
8-22日
Group Blast

3-17日
Group Blast
10-24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、
・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、よろしくお問い合わせください。

■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。