

2025/6



…グループマシンピラティス プログラム
★ …6月からの変更箇所
※スケジュールは変更となる場合がございます。

店舗情報		
■ 営業時間	月曜日～木曜日	9:30～23:30
	土曜日	9:30～21:00
	日曜・祝日	9:30～19:00
■ 休館日	毎週金曜日、夏期、年末年始	

MEGALOS Reflet Kinshicho Time Line For Studio																	
	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		土曜日		日曜日						
	ルフレスタジオ	ホットスタジオ	ルフレスタジオ	ホットスタジオ	ルフレスタジオ	ホットスタジオ	ルフレスタジオ	ホットスタジオ	ルフレスタジオ	ホットスタジオ	ルフレスタジオ	ホットスタジオ					
	チェックイン 9:30								【キッズスクール】 キッズ空手 9:00-10:00	チェックイン 9:30							
9:30	【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 11:30-12:15 出口優子	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 12:00-12:45 岩本 律子	【定員10名】 Reformer pilates Hip&Legs45 11:45-12:30 出口優子	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 11:05-11:50 石井裕子	【定員10名】★ Reformer pilates Total Basic45 11:15-12:00 綿貫夏生	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 11:15-12:00 中波美穂	【定員10名】 Reformer pilates Waist45 11:50-12:35 大塚奈津実	【定員8名】 ホットヨーガリセット・冷えむくみ 11:30-12:15 加藤 聖子	【定員16名】 VOLTJUMP 12:30-13:15 綿貫 夏生	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員10名】 Reformer pilates Upper Body45 14:00-14:45 鈴木友梨	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 12:30-13:30 西内 やよい	9:30				
10:00													【キッズスクール】 ミライク ジュニア 10:00-11:00	【定員8名】	10:00		
10:30													【ベビースクール】 ベビーミライク 10:30-11:15	【定員8名】	【キッズスクール】 ミライク ジュニア 11:00-12:00	【定員8名】	10:30
11:00													【キッズスクール】 ミライク ジュニア 11:00-12:00	【定員8名】	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員8名】	11:00
11:30	【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 11:30-12:15 出口優子	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 12:00-12:45 岩本 律子	【定員10名】 Reformer pilates Hip&Legs45 11:45-12:30 出口優子	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 11:05-11:50 石井裕子	【定員10名】★ Reformer pilates Total Basic45 11:15-12:00 綿貫夏生	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 11:15-12:00 中波美穂	【定員10名】 Reformer pilates Waist45 11:50-12:35 大塚奈津実	【定員8名】 ホットヨーガリセット・冷えむくみ 11:30-12:15 加藤 聖子	【定員16名】 VOLTJUMP 12:30-13:15 綿貫 夏生	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員10名】 Reformer pilates Upper Body45 14:00-14:45 鈴木友梨	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 12:30-13:30 西内 やよい	11:30				
12:00													【キッズスクール】 ミライク ジュニア 11:00-12:00	【定員8名】	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員8名】	12:00
12:30													【ベビースクール】 ベビーミライク 10:30-11:15	【定員8名】	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員8名】	12:30
13:00													【キッズスクール】 ミライク ジュニア 11:00-12:00	【定員8名】	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員8名】	13:00
13:30	【定員10名】 Reformer pilates Total Advance45 13:00-13:45 出口優子	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 12:00-12:45 岩本 律子	【定員10名】 Reformer pilates Hip&Legs45 11:45-12:30 出口優子	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 11:05-11:50 石井裕子	【定員10名】★ Reformer pilates Total Basic45 11:15-12:00 綿貫夏生	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 11:15-12:00 中波美穂	【定員10名】 Reformer pilates Waist45 11:50-12:35 大塚奈津実	【定員8名】 ホットヨーガリセット・冷えむくみ 11:30-12:15 加藤 聖子	【定員16名】 VOLTJUMP 12:30-13:15 綿貫 夏生	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員10名】 Reformer pilates Upper Body45 14:00-14:45 鈴木友梨	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 12:30-13:30 西内 やよい	13:30				
14:00													【キッズスクール】 ミライク ジュニア 11:00-12:00	【定員8名】	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員8名】	14:00
14:30													【ベビースクール】 ベビーミライク 10:30-11:15	【定員8名】	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員8名】	14:30
15:00													【キッズスクール】 ミライク ジュニア 11:00-12:00	【定員8名】	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員8名】	15:00
15:30	【定員10名】 Reformer pilates Total Advance45 13:00-13:45 出口優子	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 12:00-12:45 岩本 律子	【定員10名】 Reformer pilates Hip&Legs45 11:45-12:30 出口優子	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 11:05-11:50 石井裕子	【定員10名】★ Reformer pilates Total Basic45 11:15-12:00 綿貫夏生	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 11:15-12:00 中波美穂	【定員10名】 Reformer pilates Waist45 11:50-12:35 大塚奈津実	【定員8名】 ホットヨーガリセット・冷えむくみ 11:30-12:15 加藤 聖子	【定員16名】 VOLTJUMP 12:30-13:15 綿貫 夏生	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員10名】 Reformer pilates Upper Body45 14:00-14:45 鈴木友梨	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 12:30-13:30 西内 やよい	15:30				
16:00													【キッズスクール】 ミライク ジュニア 11:00-12:00	【定員8名】	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員8名】	16:00
16:30													【ベビースクール】 ベビーミライク 10:30-11:15	【定員8名】	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員8名】	16:30
17:00													【キッズスクール】 ミライク ジュニア 11:00-12:00	【定員8名】	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員8名】	17:00
17:30	【定員10名】 Reformer pilates Total Advance45 13:00-13:45 出口優子	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 12:00-12:45 岩本 律子	【定員10名】 Reformer pilates Hip&Legs45 11:45-12:30 出口優子	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 11:05-11:50 石井裕子	【定員10名】★ Reformer pilates Total Basic45 11:15-12:00 綿貫夏生	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 11:15-12:00 中波美穂	【定員10名】 Reformer pilates Waist45 11:50-12:35 大塚奈津実	【定員8名】 ホットヨーガリセット・冷えむくみ 11:30-12:15 加藤 聖子	【定員16名】 VOLTJUMP 12:30-13:15 綿貫 夏生	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員10名】 Reformer pilates Upper Body45 14:00-14:45 鈴木友梨	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 12:30-13:30 西内 やよい	17:30				
18:00													【キッズスクール】 ミライク ジュニア 11:00-12:00	【定員8名】	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員8名】	18:00
18:30													【ベビースクール】 ベビーミライク 10:30-11:15	【定員8名】	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員8名】	18:30
19:00													【キッズスクール】 ミライク ジュニア 11:00-12:00	【定員8名】	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員8名】	19:00
19:30	【定員10名】 Reformer pilates Total Advance45 13:00-13:45 出口優子	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 12:00-12:45 岩本 律子	【定員10名】 Reformer pilates Hip&Legs45 11:45-12:30 出口優子	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 11:05-11:50 石井裕子	【定員10名】★ Reformer pilates Total Basic45 11:15-12:00 綿貫夏生	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 11:15-12:00 中波美穂	【定員10名】 Reformer pilates Waist45 11:50-12:35 大塚奈津実	【定員8名】 ホットヨーガリセット・冷えむくみ 11:30-12:15 加藤 聖子	【定員16名】 VOLTJUMP 12:30-13:15 綿貫 夏生	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員10名】 Reformer pilates Upper Body45 14:00-14:45 鈴木友梨	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 12:30-13:30 西内 やよい	19:30				
20:00													【キッズスクール】 ミライク ジュニア 11:00-12:00	【定員8名】	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員8名】	20:00
20:30													【ベビースクール】 ベビーミライク 10:30-11:15	【定員8名】	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員8名】	20:30
21:00													【キッズスクール】 ミライク ジュニア 11:00-12:00	【定員8名】	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員8名】	21:00
21:30	【定員10名】 Reformer pilates Total Advance45 13:00-13:45 出口優子	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 12:00-12:45 岩本 律子	【定員10名】 Reformer pilates Hip&Legs45 11:45-12:30 出口優子	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 11:05-11:50 石井裕子	【定員10名】★ Reformer pilates Total Basic45 11:15-12:00 綿貫夏生	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 11:15-12:00 中波美穂	【定員10名】 Reformer pilates Waist45 11:50-12:35 大塚奈津実	【定員8名】 ホットヨーガリセット・冷えむくみ 11:30-12:15 加藤 聖子	【定員16名】 VOLTJUMP 12:30-13:15 綿貫 夏生	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員10名】 Reformer pilates Upper Body45 14:00-14:45 鈴木友梨	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 12:30-13:30 西内 やよい	21:30				
22:00													【キッズスクール】 ミライク ジュニア 11:00-12:00	【定員8名】	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員8名】	22:00
22:30													【ベビースクール】 ベビーミライク 10:30-11:15	【定員8名】	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員8名】	22:30
23:00													【キッズスクール】 ミライク ジュニア 11:00-12:00	【定員8名】	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員8名】	23:00
23:30	【定員10名】 Reformer pilates Total Advance45 13:00-13:45 出口優子	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 12:00-12:45 岩本 律子	【定員10名】 Reformer pilates Hip&Legs45 11:45-12:30 出口優子	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 11:05-11:50 石井裕子	【定員10名】★ Reformer pilates Total Basic45 11:15-12:00 綿貫夏生	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 11:15-12:00 中波美穂	【定員10名】 Reformer pilates Waist45 11:50-12:35 大塚奈津実	【定員8名】 ホットヨーガリセット・冷えむくみ 11:30-12:15 加藤 聖子	【定員16名】 VOLTJUMP 12:30-13:15 綿貫 夏生	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員10名】 Reformer pilates Upper Body45 14:00-14:45 鈴木友梨	【定員8名】 ホットヨーガ・ベーシック 12:30-13:30 西内 やよい	23:30				
23:30													【キッズスクール】 ミライク ジュニア 11:00-12:00	【定員8名】	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員8名】	23:30
23:30													【ベビースクール】 ベビーミライク 10:30-11:15	【定員8名】	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員8名】	23:30
23:30													【キッズスクール】 ミライク ジュニア 11:00-12:00	【定員8名】	【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井 道浩	【定員8名】	23:30
※赤枠のクラス（映像レッスン）はレッスン消化対象外です																	
※チェックアウトタイム 23:30																	

※赤枠のクラス（映像レッスン）はレッスン消化対象外です