



6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

	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			土曜日			日曜日			
	スタジオ	MEGALOS_Refler		スタジオ	MEGALOS_Refler		スタジオ	MEGALOS_Refler		スタジオ	MEGALOS_Refler		スタジオ	MEGALOS_Refler		スタジオ	MEGALOS_Refler		
		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	
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		【キッズスクール】 メガロスミライク ジュニア 8：00-9：00	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		【キッズスクール】 メガロスミライク ジュニア 8：00-9：00	はレッスン消化対象外です		7:30
8:30													はレッスン消化対象外です					8:00	
9:00		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		【キッズスクール】 メガロスミライク キッズ 9：00-10：00	【キッズスクール】 キッズ 空手 9：00-10：00	チェックイン 9:30	【キッズスクール】 メガロスミライク キッズ 9：00-10：00	チェックイン 9:30		9:00
9:30																		9:30	
10:00	【ベビースクール】 ベビーミライク			【定員制30名】 やすらぎヨーガ 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】 ベビーミライク						【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】 ホットヨーガ・ウエストシェイプ 10:30-11:15 岩本律子	10:00
10:30	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			10:30
11:00	【定員制20名】			【定員30名】 ZUMBA® 11:15-11:45 橋詰 奈美			【定員30名】 エンジョイエアロ 11:15-11:45 平野優貴	【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 11:15-12:00 綿貫夏生		【定員30名】 RANBOX 11:45-12:15 RAN	【定員10名】 Reformer pilates Waist45 11:50-12:35 大塚奈津美		【キッズスクール】 メガロスミライク キッズ 11：00-12：00			【キッズスクール】 メガロスミライク ジュニア 11：00-12：00	【定員8名】 ホットヨーガ・ベージック 11:00-11:45 田中貴紀		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30名】 フリースタイルSTAGE 〜ベジップホップ〜 12:00-12:30 IORI	【定員10名】 Reformer pilates Hip & Legs45 11:45-12:30 出口優子		【定員17名】 【映像】 Group Fight 15 12:00-12:15 【定員制30名】			【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10名】 Reformer pilates Waist45 11:50-12:35 大塚奈津美		【キッズスクール】 メガロスミライク キッズ 11：00-12：00			【キッズスクール】 メガロスミライク ジュニア 11：00-12：00		11:30	
12:00	【定員制30名】 トラディショナルヨーガ 12:15-12:45 西内やよい			【定員28名】 Group Power 13:00-13:30 星風矢			【定員30名】 トラディショナルヨーガ 12:30-13:15 中波美穂			【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】 トラディショナルヨーガ 12:15-12:45 田中貴紀			【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井道浩	【定員8名】 ホットヨーガ・ベージック 12:30-13:30 西内やよい	12:00	
12:30	【定員制30名】 ボディデザインピラティス 13:00-13:30 黒月ちひろ			【定員17名】 【映像】 Group Centergy 30 14:30-15:00			【定員30名】 Group Fight 30 13:25-14:00 Yui			【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】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員10名】 VOLTJUMP 12:30-13:15 綿貫夏生		12:30	
13:00	【定員制30名】 ボディデザインピラティス 13:00-13:30 黒月ちひろ			【定員17名】 【映像】 Group Centergy 30 14:30-15:00			【定員30名】 Group Fight 30 13:25-14:00 Yui			【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】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員10名】 VOLTJUMP 12:30-13:15 綿貫夏生		13:00	
13:30	【定員制30名】 グループファイト 13:45-14:15 出口優子			【定員17名】 【映像】 Group Centergy 30 14:30-15:00			【定員30名】 グループファイト 13:25-14:00 Yui			【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】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員10名】 VOLTJUMP 12:30-13:15 綿貫夏生		13:30	
14:00	【定員制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30名】 グループファイト 13:25-14:00 Yui			【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】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員10名】 VOLTJUMP 12:30-13:15 綿貫夏生		14:00	
14:30	【定員制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30名】 グループファイト 13:25-14:00 Yui			【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】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員10名】 VOLTJUMP 12:30-13:15 綿貫夏生		14:30	
15:00	【定員制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30名】 グループファイト 13:25-14:00 Yui			【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】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員10名】 VOLTJUMP 12:30-13:15 綿貫夏生		15:00	
15:30	【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			【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】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員10名】 VOLTJUMP 12:30-13:15 綿貫夏生		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 Blast 30 16:00-16:30			【キッズスクール】 メガロスミライク ジュニア 16：00-17：00			【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】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員10名】 VOLTJUMP 12:30-13:15 綿貫夏生		16:00	
16:30	【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 16：30-17：30			【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】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員10名】 VOLTJUMP 12:30-13:15 綿貫夏生		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 16：30-17：30			【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】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員10名】 VOLTJUMP 12:30-13:15 綿貫夏生		17:00	
17:30	【キッズスクール】 ミライク ラン 17：30-18：30			【定員17名】 【映像】 Group Fight 30 18:00-18:30			【キッズスクール】 ミライク ラン 17：30-18：30			【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】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員10名】 VOLTJUMP 12:30-13:15 綿貫夏生		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 Fight 30 18:00-18:30			【キッズスクール】 ミライク ラン 17：30-18：30			【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】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員10名】 VOLTJUMP 12:30-13:15 綿貫夏生		18:00	
18:30				【定員10名】 【映像】 Reformer pilates Hip & Legs45 18:45-19:15 鈴木友梨			【定員10名】 Infinity kick 18:45-19:15 大塚奈津美			【定員16名】 VOLTJUMP 19:15-20:00 綿貫夏生			【定員30名】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員10名】 VOLTJUMP 12:30-13:15 綿貫夏生		18:30	
19:00	【定員17名】 【映像】 Group Groove 30 19:00-19:30	Infinity kick 16:30日 東海 19:00-19:30 星風矢	ホットヨーガ・ウエストシェイプ 19:00-19:45 盛園尚美	【定員30名】 ZUMBA® 19:30-20:15 Yuriyan	Reformer pilates Hip & Legs45 19:30-20:15 鈴木友梨	【定員8名】 ホットヨーガリセット・冷えむくみ 20:00-21:00 岸川ゆき	【定員17名】 【映像】 Group Groove 30 19:30-20:00	Reformer pilates Waist45 19:45-20:30 微笑いずみ	【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 20:45-21:30 微笑いずみ	【定員30名】 フリースタイル45 19:30-20:15 万里	【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 20:45-21:15 鈴木友梨	【定員30名】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員10名】 VOLTJUMP 19:15-20:00 綿貫夏生	【定員8名】 ホットヨーガ・ベージック 16:00-16:45 中波美穂	トラディショナルヨーガ 16:00-16:45 小林賢章	Reformer pilates Waist45 16:00-16:45 大塚奈津美	19:00
19:30	【定員制30名】		【定員8名】	【定員30名】	Reformer pilates Hip & Legs45 19:30-20:15 鈴木友梨	【定員8名】	【定員17名】 【映像】 Group Groove 30 19:30-20:00	Reformer pilates Waist45 19:45-20:30 微笑いずみ	【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 20:45-21:30 微笑いずみ	【定員30名】	【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 20:45-21:15 鈴木友梨	【定員30名】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員8名】 ホットヨーガ・ベージック 16:00-16:45 中波美穂	トラディショナルヨーガ 16:00-16:45 小林賢章	Reformer pilates Waist45 16:00-16:45 大塚奈津美	19:30	
20:00	【定員制30名】		【定員8名】	【定員30名】	Reformer pilates Hip & Legs45 19:30-20:15 鈴木友梨	【定員8名】	【定員17名】 【映像】 Group Groove 30 19:30-20:00	Reformer pilates Waist45 19:45-20:30 微笑いずみ	【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 20:45-21:30 微笑いずみ	【定員30名】	【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 20:45-21:15 鈴木友梨	【定員30名】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員8名】 ホットヨーガ・ベージック 16:00-16:45 中波美穂	トラディショナルヨーガ 16:00-16:45 小林賢章	Reformer pilates Waist45 16:00-16:45 大塚奈津美	20:00	
20:30	エンジョイエアロ 20:00-20:40 MASATO		ホットヨーガ・ベージック 20:00-20:45 盛園尚美	【定員制30名・28名】	【定員10名】 Infinity kick 20:45-21:15 星風矢	【定員8名】 ホットヨーガリセット・冷えむくみ 20:00-21:00 岸川ゆき	【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	【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 20:45-21:30 微笑いずみ	【定員28名・30名】	【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 20:45-21:15 鈴木友梨	【定員30名】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員8名】 ホットヨーガ・ベージック 16:00-16:45 中波美穂	トラディショナルヨーガ 16:00-16:45 小林賢章	Reformer pilates Waist45 16:00-16:45 大塚奈津美	20:30	
21:00	【定員17名】 【映像】 Group Fight 30 21:00-21:30		MOSSA 20:45-21:30 鈴木友梨	【定員制30名・28名】	【定員10名】 Infinity kick 20:45-21:15 星風矢	【定員8名】 ホットヨーガリセット・冷えむくみ 20:00-21:00 岸川ゆき	【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	【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 20:45-21:30 微笑いずみ	【定員28名・30名】	【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 20:45-21:15 鈴木友梨	【定員30名】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員8名】 ホットヨーガ・ベージック 16:00-16:45 中波美穂	トラディショナルヨーガ 16:00-16:45 小林賢章	Reformer pilates Waist45 16:00-16:45 大塚奈津美	21:00	
21:30	【定員17名】 【映像】 Group Fight 30 21:00-21:30		MOSSA 20:45-21:30 鈴木友梨	【定員制30名・28名】	【定員10名】 Infinity kick 20:45-21:15 星風矢	【定員8名】 ホットヨーガリセット・冷えむくみ 20:00-21:00 岸川ゆき	【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	【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 20:45-21:30 微笑いずみ	【定員28名・30名】	【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 20:45-21:15 鈴木友梨	【定員30名】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員8名】 ホットヨーガ・ベージック 16:00-16:45 中波美穂	トラディショナルヨーガ 16:00-16:45 小林賢章	Reformer pilates Waist45 16:00-16:45 大塚奈津美	21:30	
22:00	【定員17名】 【映像】 Group Fight 30 21:00-21:30		MOSSA 20:45-21:30 鈴木友梨	【定員制30名・28名】	【定員10名】 Infinity kick 20:45-21:15 星風矢	【定員8名】 ホットヨーガリセット・冷えむくみ 20:00-21:00 岸川ゆき	【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	【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 20:45-21:30 微笑いずみ	【定員28名・30名】	【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 20:45-21:15 鈴木友梨	【定員30名】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員8名】 ホットヨーガ・ベージック 16:00-16:45 中波美穂	トラディショナルヨーガ 16:00-16:45 小林賢章	Reformer pilates Waist45 16:00-16:45 大塚奈津美	22:00	
22:30	【定員17名】 【映像】 Group Fight 30 21:00-21:30		MOSSA 20:45-21:30 鈴木友梨	【定員制30名・28名】	【定員10名】 Infinity kick 20:45-21:15 星風矢	【定員8名】 ホットヨーガリセット・冷えむくみ 20:00-21:00 岸川ゆき	【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	【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 20:45-21:30 微笑いずみ	【定員28名・30名】	【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 20:45-21:15 鈴木友梨	【定員30名】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員8名】 ホットヨーガ・ベージック 16:00-16:45 中波美穂	トラディショナルヨーガ 16:00-16:45 小林賢章	Reformer pilates Waist45 16:00-16:45 大塚奈津美	22:30	
23:00	【定員17名】 【映像】 Group Fight 30 21:00-21:30		MOSSA 20:45-21:30 鈴木友梨	【定員制30名・28名】	【定員10名】 Infinity kick 20:45-21:15 星風矢	【定員8名】 ホットヨーガリセット・冷えむくみ 20:00-21:00 岸川ゆき	【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	【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 20:45-21:30 微笑いずみ	【定員28名・30名】	【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 20:45-21:15 鈴木友梨	【定員30名】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員8名】 ホットヨーガ・ベージック 16:00-16:45 中波美穂	トラディショナルヨーガ 16:00-16:45 小林賢章	Reformer pilates Waist45 16:00-16:45 大塚奈津美	23:00	
23:30	【定員17名】 【映像】 Group Fight 30 21:00-21:30		MOSSA 20:45-21:30 鈴木友梨	【定員制30名・28名】	【定員10名】 Infinity kick 20:45-21:15 星風矢	【定員8名】 ホットヨーガリセット・冷えむくみ 20:00-21:00 岸川ゆき	【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	【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 20:45-21:30 微笑いずみ	【定員28名・30名】	【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 20:45-21:15 鈴木友梨	【定員30名】 ランニングサークル 13:00-13:30 大塚奈津美			【定員8名】 ホットヨーガ・ベージック 16:00-16:45 中波美穂	トラディショナルヨーガ 16:00-16:45 小林賢章	Reformer pilates Waist45 16:00-16:45 大塚奈津美	23:30	
チェックアウト 23:30																			

10-24日
Group Groove
3-17日
Group Blast

12-26日
Group Blast
5-19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手配はございません。
・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。

■ホットヨーガについて
・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、よろしくお願い申し上げます。

■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。