



メガロス錦糸町

2025/7 (6.21更新)

※空調不具合のため、7月より一部のレッスンをスタジオを入れ替えて実施いたします。 ※スケジュールは変更となる場合がございます。

☐ ➡通常会員対象レッスン 🟡 ➡Reflet会員限定レッスン

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_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			
		ルフスタジオ	ホットスタジオ		ルフスタジオ	ホットスタジオ		ルフスタジオ	ホットスタジオ		ルフスタジオ	ホットスタジオ		ルフスタジオ	ホットスタジオ		ルフスタジオ	ホットスタジオ		
7:30		ルフ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														ルフ会員限定のクラスとなります。 ※すべて女性限定レッスン					7:30	
8:30		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	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	はレッスン消化対象外です		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		【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		9:30	
10:00																			10:00	
10:30	【ベビースクール】 ベビーミライク 10:00-10:45			【定員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 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	【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	10:30	
11:00	【定員制20名】				【定員8名】			【定員30名】			【定員10名】		【定員8名】		10:30-11:15	【定員8名】 ホットヨーガ・バーシク 11:00-11:45 田中貴紀	【キッズスクール】 メガロスミライク ジュニア 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		11:00
11:30	歌うボイスエクササイズ 11:00-11:45 ENIWA	【定員10名】		【定員30名】 ZUMBA® 11:15-11:45 横詰 奈美	【定員10名】	ホットヨーガ・バーシク 11:05-11:50 石井裕子	【定員30名】 エンジョイエアロ 11:15-11:45 平野慶貴	【定員10名】	Reformer pilates Total Basic45 11:15-12:00 綿貫夏生	【定員10名】	【定員24名】 RANBOX 11:45-12:15 RAN	【定員8名】 ホットヨーガリセット・冷えむき 11:30-12:15 加藤聖子	【キッズスクール】 メガロスミライク キッズ 11 : 00-12 : 00	【定員16名】		【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】	Reformer pilates Total Basic45 11:30-12:15 出口優子	【定員8名】	【定員制30名】 プリースタイルSTAGE 〜ヒップホップ〜 12:00-12:30 IORI	Reformer pilates Hip & Legs45 11:45-12:30 出口優子		【映像】 Group Fight 15 12:00-12:15 【定員制30名】			【定員10名】 Reformer pilates Waist45 11:50-12:35 大塚奈津美			【定員30名】	【定員16名】 VOLTJUMP 11:45-12:30 綿貫夏生			【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井道浩		12:00	
12:30	トラディショナルヨーガ 12:15-12:45 西内やよい		ホットヨーガ・バーシク 12:00-12:45 岩本律子								【定員24名】 ZUMBA® 12:40-13:10 NOA	【定員8名】	【定員30名】 ランニングサークル 13:15-13:45 大塚奈津美					【定員8名】 ホットヨーガ・バーシク 12:30-13:30 西内やよい	12:30	
13:00	【定員制30名】				【定員10名】 Reformer pilates Total Advance45 13:00-13:45 出口優子		トラディショナルヨーガ 12:30-13:15 中波美穂			【定員30名】 ウォーカリズム 13:25-14:10 片山真子				【無料登録制】 ランニングサークル 13:15-13:45 大塚奈津美	【定員24名】 Group Fight 13:00-13:30 出口優子	【定員28名】 Group Power 13:00-13:30 大塚奈津美			13:00	
13:30	ボディデザインピラティス 13:00-13:30 葉月ちひろ						ピラティス30 13:30-14:00 Yui								【定員10名】		【定員10名】 Reformer pilates Upper Body45 14:00-14:45 鈴木友梨		13:30	
14:00		【定員制24名】 Group Fight 13:45-14:15 出口優子																【定員20名】 Group Blast 13:50-14:20 大塚奈津美		14:00
14:30		【定員制16名】 TOBIPPA 14:35-15:05 出口優子																		14:30
15:00																	【定員10名】 Reformer Active 15:00-15:30 鈴木友梨			15:00
15:30																		【定員24名】 Group Fight 14:40-15:10 貫井道浩		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						【キッズスクール】 メガロスミライク キッズ 15 : 00-16 : 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24名】 Group Fight 15:25-15:55 貫井道浩		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									【キッズスクール】 メガロスミライク ジュニア 16 : 30-17 : 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24名】 ZUMBA® 17:10-17:40 戸川礼子		17:00
17:30										【キッズスクール】 ミライク ラン 17 : 30-18 : 30				【キッズスクール】 メガロスミライク ジュニア 17 : 30-18 : 30						17:30
18:00																				18:00
18:30																				18:30
19:00	【定員10名】 Infinity kick 19:00-19:30 星風矢	【定員制24名】 ZUMBA® 19:00-19:30 倉持七海	【定員8名】 ホットヨーガ・ウエストシェイプ 19:00-19:45 盛園尚美	【定員10名】 Reformer pilates Hip & Legs45 19:30-20:15 鈴木友梨	【定員24名】 ZUMBA® 19 : 15-20 : 00 Yuriyan		【映像】 Group Fight 30 18:30-19:00	【定員10名】 Infinity kick 18:45-19:15 星風矢		【定員30名】	【定員16名】 VOLTJUMP 19:15-20:00 綿貫夏生	【定員8名】					チェックアウト 19:00		19:00	
19:30	【定員10名】 Infinity kick 19:45-20:15 星風矢	【定員制24名】	【定員8名】			【定員8名】				【定員30名】 プリースタイル45 19:30-20:15 万里									19:30	
20:00		エンジョイエアロ 20:00-20:40 MASATO	ホットヨーガ・バーシク 20:00-20:45 盛園尚美		【定員10名】 Infinity kick 20 : 25-20 : 55 大塚奈津美	ホットヨーガリセット・冷えむき 20:00-21:00 岸川ゆき	【定員28名】 Group Power 20:30-21:15 星風矢	【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 20:45-21:30 微笑いずみ						ホットヨーガ・パワー・バーシク 20:00-21:00 KURISU					20:00	
20:30										【定員10名】 Reformer pilates Stretch Flow 20:45-21:15 鈴木友梨	【定員20名・24名】 MOSSA 20:45-21:15 貫井道浩				チェックアウト 21:00				20:30	
21:00															チェックアウト 21:00				21:00	
21:30					MOSSA 21 : 15-22 : 00 鈴木友梨														21:30	
22:00																			22:00	
22:30																			22:30	
23:00																			23:00	
23:30		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	

8-22日
Group Groove
1-15-29日
Group Blast

10-24日
Group Blast
3-17-31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。

■ホットヨーガについて
・換気の為、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。