

2025年7月レッスンより、Refletスタジオとメガロススタジオの 両方を使用してレッスンを実施していきます。															店舗情報 ■営業時間 ■休館日 月～木曜日 土曜日 日曜日・祝日 毎週金曜日、夏期、年末年始 9:30～23:30 9:30～21:00 9:30～19:00					
2025/8																				
➡グループマシンピラティスプログラム																		➡Reflet会員限定レッスン		
MEGALOS_Reflet																				
	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									
		ルフレストスタジオ	ホットスタジオ		ルフレストスタジオ	ホットスタジオ		ルフレストスタジオ	ホットスタジオ		ルフレストスタジオ	ホットスタジオ								
7:30										施設開館時間 7 : 00				7:00						
8:00														7:30						
8:30										【キッズスクール】 ミライク ジュニア 8 : 00-9 : 00			【キッズスクール】 ミライク ジュニア 8 : 00-9 : 00	8:00						
9:00														9:00						
9:30	Reflet 会員様 チェックイン開始時刻 9:30～										【キッズスクール】 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】 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						【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】 ミライク キッズ 10 : 00-11 : 00	【キッズスクール】 ミライク ジュニア 10 : 00-11 : 00	【定員8名】 ホットヨーガ・ウェストシェイプ 10:30-11:15 岩本律子	10:30				
11:00																11:00				
11:30		【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 11:30-12:15 出口優子			【定員10名】 ホットヨーガ・ベアシック 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・ベアシック 11:15-12:00 中渡美穂			【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		【キッズスクール】 ミライク キッズ 11 : 00-12 : 00			11:30				
12:00			【定員8名】 ホットヨーガ・ベアシック 12:00-12:45 岩本律子		Reformer pilates Hip & Legs45 11:45-12:30 出口優子					Reformer pilates Waist45 11:50-12:35 大塚奈津実						12:00				
12:30																12:30				
13:00					【定員10名】 Reformer pilates Total Advance45 13:00-13:45 出口優子						【定員8名】 オリジナルホットピラティス 12:50-13:35 RAN				【定員16名】 TOBIPPA 12:20-12:50 貫井道浩	【定員8名】 ホットヨーガ・ベアシック 12:30-13:30 西内やよい	13:00			
13:30																	13:30			
14:00																	14:00			
14:30													【定員10名】 VOLTBOX 14:00-14:45 Yui	Reformer pilates Upper Body45 14:00-14:45 鈴木友梨			14:30			
15:00																	15:00			
15:30							【キッズスクール】 ミライク キッズ 15 : 00-16 : 00						【定員10名】 Reformer pilates Total Basic45 15:15-16:00 鈴木友梨	Reformer Active 15:00-15:30 鈴木友梨			15:30			
16:00	【キッズスクール】 ミライク キッズ 15 : 30-16 : 30									【キッズスクール】 ミライク キッズ 15 : 30-16 : 30							16:00			
16:30																	16:30			
17:00	【キッズスクール】 ミライク ジュニア 16 : 30-17 : 30									【キッズスクール】 ミライク ジュニア 16 : 30-17 : 30							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									【キッズスクール】 ミライク ラン 17 : 30-18 : 30							18:00			
18:30																	18:30			
19:00	【定員10名】 Infinity kick 19:00-19:30 星風矢		【定員8名】 ホットヨーガ・ウェストシェイプ 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10名】 Infinity kick 18:45-19:15 星風矢				【定員16名】 VOLTJUMP 19:15-20:00 綿貫夏生			チェックアウト 19:00			19:00			
19:30																	19:30			
20:00	【定員10名】 Infinity kick 19:45-20:15 星風矢		【定員8名】 ホットヨーガ・ベアシック 20:00-20:45 盛園尚美	【定員10名】 Reformer pilates Hip & Legs45 19:30-20:15 鈴木友梨		【定員8名】 ホットヨーガ・ベアシック 20:00-21:00 岸川ゆき		【定員10名】 Reformer pilates Waist45 19:45-20:30 微笑いずみ	【定員8名】 ホットヨーガ・ベアシック 19:30-20:15 苗原こず恵							20:00				
20:30												【定員8名】 ホットヨーガ・パワー・ベアシック 20:00-21:00 KURISU					20:30			
21:00												チェックアウト 21:00				21:00				
21:30												■レッスン受講回数超過料金について 超過回数 1回につき 3,000円(税別)の料金をお支払いいただきます。 ■レッスンのキャンセルについて レッスン開始30分前までに、専用サイトよりキャンセルが可能です。 ※満員となっているレッスンもある為、参加が難しい場合はお早めにキャンセルをお願いいたします。 ■ホットクラスは常時換気を実施している為、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、よろしくお願い申し上げます。 ■グループマシンピラティスご参加の際は、滑り止めのついたソックスを必ず着用ください。						21:30		
22:00																				22:00
22:30																				22:30
23:00																				23:00
23:30																				23:30
	ACTY Base会員様 チェックアウト時刻 ~23:30									施設閉館時間 23:30										

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