MEGALOS 2025年メガロス小岩 周年イベントスケジュール

※変更がある場合は、スケジュールを更新いたします。

※映像クラスは、１か月間同じ内容のものを投影いたします。

ホットプログラムご参加の際は、マットの上に敷くタオルが必須です。（Fitness theater 15分･30分、常温クラスは対象外）
スパエリアのご利用の際は、また別途タオルが必要となります。
都度レンタル（フェイスタオル･バスタオルセット）のサービス ※410円（税込）がございますのでそちらもご利用ください。

MEGALOS KOIWA Time Line For Studio & Hot

通常営業開始 9:00

6月23日（月）

Active

- 【映像】Group Power 15 9:15-9:30 【定員制17名】
- 【有料スクール登録者制】 REBORNS FIT 10:15-11:15 ～ 生涯元気にライフ&スポーツを楽しむ為の健康な身体つくりと仲間作りのためのスクール ～
- 【WEB予約制30名】 Group Groove 30 11:55-12:25 工藤 奈津子
- 【WEB予約制30名】 Group Centergy 30 12:40-13:10 工藤 奈津子
- 【WEB予約制30名】 エンジョイエアロ 45 13:30-14:15 平野 慶真
- 【WEB予約制30名】 トラディショナルヨーガ 30 14:30-15:00 小林 賀章
- キッズスクール ミライ【キッズ】15:30-16:30
- キッズスクール ミライ【ジュニア】16:30-17:30
- キッズスクール ミライ【RUN】17:30-18:30
- 【有料イベント申込制】 美姿勢ヨガピラティス 20:30-21:30 美宅 玲子

HOT:for women

- 【WEB予約制27名】 HOT PILATES 30 10:15-10:45 佐藤 嘉美
- 【WEB予約制27名】 HOT PILATES 30 11:00-11:30 佐藤 嘉美
- 【WEB予約制27名】 【中温】HOT YOGA～冷えむくみ～30 12:00-12:30 浅賀 麻実
- 【WEB予約制27名】 【中温】HOT YOGA～ウエストシェイプ～30 12:45-13:15 浅賀 麻実
- 【有料事前申込制10名】 有料スクール【低温】ボディコンディショニング 13:30-14:30 浅賀 麻実
- 【定員制20名】 【映像】常温 Group Groove 60 15:10-16:10
- アフタースクール 運動カリキュラム使用
- 【WEB予約制27名】 HOT PILATES 30 18:50-19:20 美宅 玲子
- 【WEB予約制27名】 HOT PILATES 30 19:40-20:10 美宅 玲子
- 【定員制15名】 【映像】常温 Group Fight 45 20:30-21:15

詳細はキャストまでお問い合わせください♪

通常施設利用 22：50まで

6月24日（火）

Active

- 【WEB予約制30名】 やすらぎヨガ 30 9:30-10:00 Ｎａｔｓｕｍｉ
- 【WEB予約制30名】 トラディショナルヨーガ 30 10:15-10:45 Ｎａｔｓｕｍｉ
- 【有料スクール登録者制】 REBORNS FIT 11:15-12:15 ～ 生涯元気にライフ&スポーツを楽しむ為の健康な身体つくりと仲間作りのためのスクール ～
- 【WEB予約制30名】 ヴォーカリズム30 12:30-13:00 小須 亨
- 【WEB予約制30名】 ハーモニズム30 13:15-13:45 小須 亨
- 【WEB予約制30名】 ZUMBA （30分クラス） 14:00-14:30 Ｙｕｒｉｙａｎ
- 【WEB予約制30名】 ZUMBA （30分クラス） 14:45-15:15 Ｙｕｒｉｙａｎ
- キッズスクール ミライ【キッズ】15:30-16:30
- キッズチアダンススクール 16:30-17:30
- 【有料イベント申込制】 Group Fight 60 19:40～20:40 芦谷 広太（神奈川）辻村 和久
- 【有料イベント申込制】 TOBIPPA 30 21:00-21:30 芦谷 広太（神奈川）小山 華奈（武蔵小金井）

HOT:for women

- 【映像】中温 Group Centergy 15 9:15-9:30 【定員制20名】
- 【定員制20名】 【映像】常温 Group Centergy 45 9:45-10:30
- 【有料事前申込制16名】 有料スクール【常温】心とカラダをつなげるハタヨーガ 11:15-12:00 Ｎａｔｓｕｍｉ
- 【WEB予約制27名】 HOT YOGA～ウエストシェイプ～30 12:15-12:45 Ｎａｔｓｕｍｉ
- 【WEB予約制27名】 HOT YOGA～骨盤～30 13:15-13:45 やすおかともこ
- 【WEB予約制27名】 HOT YOGA～ベーシック～30 14:00-14:30 やすおかともこ
- 【定員制20名】 【映像】常温 Group Centergy 60 15:10-16:10
- 【定員制20名】 【映像】常温 Group Fight 45 16:45-17:30
- 【定員制20名】 【映像】常温 Group Groove 30 17:45-18:15
- こちらのクラスは、入会して1年未満の方限定のクラスです！！
- 【WEB予約制27名】 常温【スタジオギナーズ】infinity flow15 19:30-19:45 角田 美月
- 【WEB予約制27名】 【常温】infinity flow30 20:00-20:30 角田 美月
- 【WEB予約制30名】 Group Centergy30 20:50-21:20 角田 美月

通常施設利用 22：50まで

6月4日（水）

Active

- 【登録制】 健康サークル 9:45-10:15 辻村 和久
- ベビーミライクスクール 10:30-11:15
- 【WEB予約制30名】 Group Fight 30 11:45-12:15 辻村 和久
- 【有料イベント申込制】 ZUMBA （45分クラス） 12:30-13:15 Ｙｕｒｉｙａｎ
- 【登録制】 ウォーキングサークル 14:00-14:30 若井 美里
- ストリートダンス チャイルド 15:30-16:30
- ストリートダンス キッズ 16:30-17:30
- ストリートダンス ジュニア 17:30-18:30
- 【WEB予約制30名】 POPPILATES 30 19:00-19:30 ＳＡＹＡＫＡ
- 【WEB予約制34名】 TOBIPPA 30 19:55-20:25 若井 美里
- 【WEB予約制30名】 Group Groove 30 20:55-21:25 工藤 奈津子
- 【定員制30名】 オンラインLIVE 21:30-22:30 ※放映内容は別紙参照

HOT:for women

- 【映像】中温 Group Centergy 15 9:15-9:30 【定員制20名】
- 【WEB予約制27名】 【中温】HOT YOGA～冷えむくみ～30 10:00-10:30 浅賀 麻実
- 【WEB予約制27名】 【中温】HOT YOGA～ウエストシェイプ～30 10:45-11:15 浅賀 麻実
- 【定員制20名】 【映像】常温 Group Centergy 30 11:40-12:10
- 【WEB予約制27名】 【低温】ホットストレッチ 12:45-13:15 若井 美里
- 【定員制20名】 【映像】常温 Group Centergy 30 14:00-14:30
- 【定員制20名】 【映像】常温 Group Fight 30 15:00-15:30
- キッズ空手スクール 16:30-17:30
- アフタースクール 運動カリキュラム使用
- 【WEB予約制27名】 FLOPILATES 30 19:45-20:15 ＳＡＹＡＫＡ
- 【WEB予約制27名】 FLOPILATES 30 20:30-21:00 ＳＡＹＡＫＡ

通常施設利用 22：50まで

6月26日（木）

Active

- 【WEB予約制30名】 太極拳45 9:45-10:30 田中 和美
- 【WEB予約制30名】 オリジナルヨーガ 30 10:45-11:15 長谷川たかはる
- 【WEB予約制30名】 オリジナルヨーガ 30 11:30-12:00 長谷川たかはる
- 【有料事前申込制15名】 有料スクール ランチタイムワークアウト 12:15-13:00 長谷川たかはる
- 【WEB予約制34名】 TOBIPPA 30 13:15-13:45 若井 美里
- 【WEB予約制30名】 Group Fight 30 14:15-14:45 工藤 奈津子
- キッズスクール ミライ【キッズ】15:30-16:30
- キッズスクール ミライ【ジュニア】16:30-17:30
- キッズスクール ミライ【RUN】17:30-18:30
- 【有料イベント申込制】 Group Power 60 19:50-20:50 村井 一樹（吉祥寺）佐藤 俊介
- 【有料イベント申込制】 Group Fight 60 21:15-22:15 村井 一樹（吉祥寺）継田 奈央（田端）照井 孝実

HOT:for women

- 【映像】中温 Group Centergy 15 9:15-9:30 【定員制20名】
- 【WEB予約制27名】 HOT PILATES 30 10:00-10:30 滝川 奈那
- 【WEB予約制27名】 HOT PILATES 30 10:45-11:15 滝川 奈那
- 【WEB予約制27名】 【常温】infinity flow30 12:15-12:45 松原 夕香里
- 【WEB予約制27名】 HOT YOGA～ウエストシェイプ～30 13:10-13:40 川谷 幸子
- 【定員制20名】 【映像】常温 Group Fight 60 15:10-16:10
- 【WEB予約制27名】 HOT YOGA～ウエストシェイプ～30 20:45-21:15 中波 美穂
- 【WEB予約制27名】 HOT YOGA～冷えむくみ～ 30 21:30-22:00 中波 美穂

通常施設利用 22：50まで

6月21日（土）

Active

- キッズスクール ミライ【ジュニア】8:30-9:30【キッズ】9:30-10:30【ベビー】10:30-11:15【ベビー】11:30-12:15
- 【WEB予約制30名】 Group Centergy 30 12:30-13:00 永井 智久
- 【WEB予約制30名】 Group Fight 30 13:20-13:50 辻村 和久
- 【WEB予約制30名】 バーニングエアロ 45 14:10-14:55 吉岡 知美
- キッズスクール ミライ【キッズ】15:30-16:30
- キッズスクール ミライ【ジュニア】16:30-17:30
- 【有料イベント申込制】 フローピラティス 18:30-19:30 滝川 奈那

HOT:for women

- キッズスクール ミライ【キッズ】10:45-11:45
- 【定員制20名】 【映像】常温 Group Fight 30 12:15-12:45
- 【定員制20名】 【映像】常温 Group Groove 30 13:00-13:30
- 【WEB予約制27名】 HOT YOGA～ウエストシェイプ～30 14:00-14:30 西内やよい
- 【WEB予約制30名】 HOT YOGA～骨盤～ 30 14:45-15:15 西内やよい
- 【WEB予約制27名】 HOT PILATES 30 15:30-16:00 滝川 奈那
- 【WEB予約制27名】 HOT PILATES 30 16:15-16:45 滝川 奈那
- 【WEB予約制27名】 HOT PILATES 30 17:00-17:30 滝川 奈那
- 【定員制20名】 【映像】常温 Group Centergy 60 18:00-19:00

通常施設利用 20：50まで

6月22日（日）

Active

- キッズスクール ミライ【ジュニア】8:00-9:00【キッズ】9:00-10:00【キッズ】10:00-11:00
- 【有料イベント申込制】 Group Groove 60 12:00-13:00 小坂 仁美（三鷹）岡部 紘（本八幡）工藤 奈津子
- 【有料イベント申込制】 Group Fight 60 13:45-14:45 小坂 仁美（三鷹）工藤 奈津子
- キッズスクール ミライ【キッズ】15:30-16:30
- キッズスクール ミライ【RUN】16:30-17:30
- 【WEB予約制30名】 ZUMBA(45分クラス) 17:50-18:35 ＮＯＡ
- 【定員制20名】 【映像】常温 Group Fight 30 18:55-19:25

HOT:for women

- 【定員制20名】 【映像】常温 Group Centergy 15 10:00-10:15
- 【WEB予約制27名】 HOT YOGA～冷えむくみ～ 30 10:45-11:15 相坂 しのぶ
- 【定員制20名】 【映像】常温 Group Centergy 30 11:30-12:00
- 【有料事前申込制15名】 有料スクール【中温】ディープヨーガ 12:45-13:25 松村絵葉
- 【WEB予約制27名】 HOT YOGA ～ベーシック～30 13:40-14:10 松村 絵葉
- 【WEB予約制27名】 HOT YOGA ～骨盤～30 14:25-14:55 松村 絵葉
- 【WEB予約制27名】 HOT YOGA～冷えむくみ～30 15:15-15:45 西内 やよい
- 【WEB予約制27名】 HOT YOGA～骨盤～ 30 16:00-16:30 西内 やよい
- 【定員制20名】 【映像】常温 Group Centergy 60 18:00-19:00

通常施設利用 19：50まで