## 2024年8月 スタジオ・アクアスケジュール



																					/ (LOO				
						Line For Studio , Gym , Aqua						MEGALOS MACHIDA Time Line						For Stud							
	7474	月曜	1	·	7.654		2日		7424		<b>曜日</b>		75044	木曜	1		7474	土曜			7574		曜日		
9:00	スタジオA 通常営業II	スタジオB 明始 9:00 (24	3Fショートプログラム 時間&ナイトモーニング・会	プール :員は除く)	スタジオA 通常営業	スタジオB I開始 9:00 (24	3月ショートプログラム	プール 員は除く)	スタジオA 通常営業	スタジオB 開始 9:00 (24	3Fショートプログラム 1時間&ナイトモーニング・会	プール :員は除く)	スタジオA 通常営業	スタジオB 開始 9:00 (24	3月ショートプログラム 1時間&ナイトモーニング・会	プール	スタジオA		3Fショートプログラム 計9:00	プール	スタジオム	スタジオB 報始 9:00 (24年	3Fショートプログラム 寺間&ナイトモーニング・会員は	プール 除く)	9:00
	9:25~9:30							14-19-15	9:25~9:30				12.00							選手				選手	
9:30	ラジオ体操				【web予約:定員68名	【映像レッスン: 定員30名】			ラジオ体操			京-藤-綾 -					ミライク	≥510		6:00~9:30	ミライク キッズクラス	ミライク RUN		6:00~9:30	9:30
9.30					ヒーリングアロマヨーガ	【映像LIVE】			[web予約:定員73名]	【web予約:定員35名	1	9:25~9:45					ジュニアクラス 9:00~10:00	キッズクラス 9:00~10:00			9:00~10:00	9:00~10:00			9.30
	[web予約:定員73名]	[web予約:字冊35条]			9:30~10:15	太極拳60			エンジョイエアロ 40	Group Centergy 30			【web予約:定員73名】	【web予約:定員35名	4					ジュニア 1			KAICA 13:30~14:30	ジュニア 1	
10:00		infinity flow30			8439	9:30~10:30			9:45~10:25	9:50~10:20			エンジョイエアロ	Group Centergy						9:30~10:30			キッズパーソナル 11:30~12:00	9:30~10:30	10:00
	リトモス 45		女性限定		【web予約:定員73名	木下彩			増田 深雪	林山 幹	-		40 10:00~10:40	45 9:55~10:40			25/0	ミライク				ミライク	13:30~14:00		
10:30	10:00~10:45 長沼 淳子	shopt RESE	【先着制:8名】	アクアシェイプ 10:20~10:50			[先着制:8名]		【web予約:定員73名】		[定員:8名]	インストラクター オリシ* ナルアクア	山岸 厚子	幸福 陽子			ジュニアクラス	キッズクラス				キッズクラス			10:30
	DAI 7F )	【有料スクール】	GRID	中谷一江	フラダンス 45	(WEB予約:定員35名)	1991/991991#1-#		(MCD) W. Z.M. SCI.	【web予約:定員45名 パーニングエアロ	ウェーブリング	10:25~10:55	[weh予約:字冊73条]	【web予約:定員45名			10:00~11:00	10:00~11:00			[web予約:定員68名]	10:00~11:00			
11:00	[web予約:定員73名]		10:45~10:55		10:30~11:15 chie	Group Blast30 10:50~11:20	10:45~10:55	ベビー	ZUMBA45	30	10:45~10:55	吉田 賢一		(Web7#): ÆM45%	(定員:8名)	ベビー				ベビー	ボディデザイン			キッズ	11:00
	エンジョイエアロ	シニア向け		■スクール制 リポーンズスイム		山川 麻衣		スクール	10:45~11:30 ASA	10:50~11:20 増田 深雪		インストラクター	パーニングエアロ30 11:00~11:30	フラダンス45	11:00~11:10	スクール	(web予約:定員73名)		【定員:8名】	スクール	ピラティス30 11:00~11:30			10:30~11:30	
44.00	40 11:10~11:50	健康スクール 10:50~11:50		11:00~12:00 パーソナルレッスン	【web予約:定員73名	(WE B予約: 定員45名)		40.00 40.00				ポリシ*ナルアクア 11:05~11:35	山岸 厚子	11:00~11:45 町田 あけみ		40.00 40.00	(Web 94) . JEJ47 3-0)	ミライク キッズクラス	ウェーブリング	40.00 40.00	岸本ひろみ	ミライク	【定員:8名】		44.00
11:30	大里 清美	キャスト	【先着制:8名】 DF(GED/W-4	[有料] 10:55~11:25	エンジョイエアロ 30	-	【先着制:8名】 9イガーデール	10:30~12:00	[web予約:定員68名]	【web予約:定員45名	[定員:8名] DF G4D9'A'-A	吉田 賢一	(web予約:定員68名)			10:30~12:00	リトモス45	11:00~12:00	11:30~11:40	10:30~12:00	[web予約:定員68名]	ジュニアクラス 11:00~12:00	3)7"(3)31)9"8"-8 11:30~11:40		11:30
	[web予約:定員68名]		DF*(99D9*4*-4 11:45~11:55	バーソナルレッスン 【有料】	11:30~12:00 秋山 拓実	Group Fight30 11:40~12:10	91#-7-1 11:45~11:55		ボディデザイン	BAILA BAILA	DF (92DF N - N 11:45~11:55		ボディデザイン	【有料スクール】			11:20~12:05 MIYA							4	
12:00	(WED PR) . JE MOO-CI)	【web予約:定員45名】		11:30~12:00 フィンスイム		相馬 里奈			ピラティス 45	45 11:45~12:30			ピラティス 45	,	NEW!						トラディショナルヨーガ45 11:45~12:30		_	キッズ 11:30~12:30	12:00
	健美操45	Group Groove30		12:00~12:20	【web予約:定員73名	] [web予約:定員41名]	1	90-ル指摘がく応用> 12:05~12:25	11:45~12:30 増田 深雪	カ石 美香		■登録制	11:50~12:35	シニア向け アスリートスクール			【web予約:定員73名】	【web予約:定員45名】			岸本ひろみ	ミライク			
12:30	12:05~12:50 中谷 一江	12:15~12:45 瀬山 栞		スイム トレーニング	ZUMBA 45	トラディショナル3-8*				【有料スクール】	for	マスターズ	山岸 厚子	12:00~13:00	from 0.01	スイム トレーニング	エンジョイエアロ	ShowStyle				キッズクラス			12:30
			【定員:8名】 ウェーブリング	12:25~12:55	12:20~13:05	30 12:30~13:00	【先着制:8名】 GRID	グロール報決所<入門> 12:30~12:50	【web予約:定員37名】	いからインニル	(定員:8名) ウェーブリング 12:45~12:55	サークル 12:00~13:00		キャスト	【定員:8名】 GRID	12:25~12:55	40 12:20~13:00	Dance30 12:25~12:55		manush man	1	12:00~13:00			
13:00	[web予約:定員73名]	【web予約:定員35名】	12:45~12:55		秋山 拓実	田中 江里香	GRID 12:45~12:55	12:30~12:50	Group Power30 12:50~13:20	シニア向け	12:45~12:55		[web予約:定員73名]		12:45~12:55		金田 あけみ	MIYA		アクアダンス30 12:40~13:10			【定員:8名】	少人数キッズ	13:00
	ヴォーカリズム45	Group Centergy				(WE B予約:定員41名)	4		林山 幹	健康スクール				【有料イベント】	詳しくは館内POP ご確認ください	=7/2 H ##	【web予約:定員73名】	(web予約:定員35名)	女性限定	倉田 幸		【web予約:定員45名	13:00~13:10	12:30~13:30	-2.00
	13:05~13:50	45 13:05~13:50		■スクール制	【web予約:定員73名	シェイプヨーガ30 13:15~13:45		■スクール制		12:45~13:45 キャスト		■スクール制	ZUMBA45	歩いて天国会		■スクール制 スイムスクール	トラディショナルヨーガ	infinity flow30	【定員:8名】		[web予約:定員50名]	ZUMBA	1		l
13:30	中谷 一江	13:05~13:50 幸福 陽子	[定員:8名]	スイムスクール 13:00~14:00	アドバンスエアロ 30	田中 江里香	【定員:8名】	スイムスクール 13:00~14:00	【web予約:定員73名】		【定員:8名】	スイムスクール 13:00~14:00	13:10~13:55 TOMOKO	13:10~13:50	【定員:8名】	13:00~14:00 リポーンズスイム	45	13:15~13:45 伊藤 和愛	休酔トレーニング 13:30-13:40		Group Centergy	45			13:30
			GRID 13:45~13:55	13.00 ~ 14.00	13:30~14:00 秋山 英由紀		9ェーブリング 13:45~13:55	13.00 ~14.00	Group Groove30 13:40~14:10		GRID 13:45~13:55	13.00 14.00			105" (99100"#"-# 13:45~13:55	13:00~14:00	13:15~14:00 金田あけみ				45	13:20~14:05 岸本 ひろみ			
14:00	[web予約:定員68名]	【web予約:定員45名】				(WE B予約: 定員45名)			林山 幹				【web予約:定員68名】	【web予約:定員45名		パーソナル・タン(有料)		【web予約:定員45名】		キッズ 13:30~14:30	13:30~14:15 林山 幹		4		14:00
	ヒーリング アロマヨーガ			平途部(975イ く入門>	【web予約:定員45名	太極拳45		パーソナルレッスン【有料】 14:05~14:35	(web予約:定員30名)	【web予約:定員41名		パーソナルレッスン【有料】 14:05~14:35	やすらぎヨーガ	ラテンエクスプレス コンサルサ 30		14:05~14:35	【web予約:定員73名】	Group Fight		15.50 - 14.50					
14:30	45	エンジョイエアロ 40		<7.₱9> 14:05~14:25	アドバンスステップ	14:05~14:50			/(LI	かんたんストレッチ	4		30 14:15~14:45	14:10~14:40 TOMOKO		平泳的(9254 (応用) 14:05~14:25	アドバンス エアロ	45 14:05~14:50			[web予約:定員37名]	【web予約:定員11名	53		14:30
	14:05~14:50 田中 江里香	14:15~14:55 田部 百合恵			45 14:15~15:00	畑 明子			~パーレッスン~30 14:30~15:00	30 14:30~15:00			中原 邦子				45 14:15~15:00	伊藤 和愛			Group Power	infinity Kick20 14:40~15:00	女性限定	選手	
					秋山 美由紀	[WE B予約:定員45名]			泉恵理	林山 幹			【web予約:定員68名】	【web予約:定員45名	1		金田 あけみ	[weh予約:字冊45条]	【定員:8名】	キッズ	45 14:35~15:20	相馬 里奈	[定員:8名]	13:30~16:00	
15:00	[web予約:定員40名]	(映像レッスン:定員30名)			【有料レッスン】	BAILA BAILA			[web予約: 定員73条]	(映像レッスン: 定員30名)			トラディショナルヨーガ	リトモス			【有料レッスン】	(Web予約:定員45名) フリースタイル	GRID 15:00~15:10	14:30~15:30			ウェーブリング 15:00~15:10		15:00
	美脊柱3-ガ 30 15:05~15:35	【映像】		±	オリジナルステップ	45		#T	パレ፤30	[映像]		±≠	45 15:00~15:45	45 15:00~15:45		+u-7		STAGE 15:05~15:35	15.00-415.10			【映像レッスン: 定員30名	13:00:13:10		
15:30	田中 江里香	Group Blast30 15:15~15:45	【定員:8名】	キッズ 15:00~16:00	45 15:15~16:00	15:05~15:50 奈良 夢	【定員:8名】	キッズ 15:00~16:00	15:20~15:50	Group Centergy30 15:20~15:50	【定員:8名】	キッズ 15:00~16:00	中原 邦子	HONA	【定員:8名】	キッズ 15:00~16:00	オリジナルエアロ 45	NAKANO			[web予約:定員30名]	【映像】			15:30
		13.13 13.43	9イガーデール 15:45~15:55		秋山 美由紀		GRID 15:45~15:55		泉恵理	13.20 13.30	D7* (93D9*6*-6 15 : 45~15 : 55				ウェーブリング 15:00~15:10		15:15~16:00 金田 あけみ	[有料キッズイベント]		ジュニア1	TOBIPPA 30 15:40~16:10	ヨーガ30 15:30~16:00			
16:00													1							15:30~	相馬 里奈				16:00
	キッズチアダンス					キッズチアダンス					1			ミライク				キッズストリート ダンスイベント		16:30				アクアダンス30	
16:30	キッズクラス 16:00~16:50			ジュニア 1		キッズクラス 16:00~16:50		ジュニア 1				ジュニア 1		キッズクラス		ジュニア 1	【web予約:定員45名】	15:45~16:45	【定員:8名】 30ディショニンゲポール		[web予約:定員73名]			16:05~16:35	16:30
10.50	10.00 10.30	キッズ空手 初級クラス		16:00~17:00				16:00~17:00	キッズバレエ1 16:10~17:10	キッズ空手 初級クラス		16:00~17:00	キッズバレエ1 16:10~17:10	16:00~17:00		16:00~17:00	Group Blast		16:30~16:40		Group Groove 45			早川 陽佑	10.50
		16:10~17:10			ミライク キッズクラス				10:10 17:10	16:10~17:10			10.10 17.10				45 16:30~17:15	【web予約:定員45名】		ジュニア 2	16:30~17:15				
17:00					16:30~17:30												林山 幹	ZUMBA		16:30~17:30	林山 幹			4.700	17:00
	キッズチアダンス			× -75		キッズチアダンス ジュニアクラス		w ====				× -70		ミライク ジュニアクラス		w ====		45						キッズパーソナル 17:00~17:30	
17:30	ジュニアクラス 17:00~18:00	キッズ空手		ジュニア 2 17:00~18:00		17:00~18:00		ジュニア 2 17:00~18:00	キッズバレエ2	キッズ空手		ジュニア 2 17:00~18:00	<b>キッズバレエ2</b>	17:00~18:00		ジュニア 2 17:00~18:00		17:00~17:45 長谷川 なごみ			[web予約:定員68名]			マスターズサークル	17:30
	17.00 -10.00	中上級クラス 17:10~18:10			ミライク				17:10~18:10	中上級クラス 17:10~18:10			17:10~18:10				【web予約:定員37名】							17:00~18:00	
18:00					ジュニアクラス 17:30~18:30												Group Power			ジュニア 3	トラディショナルヨーガ30 17:50~18:20				18:00
					17.30 -16.30												45 17:50~18:35			17:30~18:30	林山 幹				
18:30										(映像レッスン: 定員30名)				ミライクRUN			伊藤 和愛								18:30
10.50									キッズバレエ3	【映像】 ヨーガ30		ジュニア 3	キッズバレエ3	18:00~19:00											
		【映像レッスン: 定員30名】		ジュニア 3				ジュニア 3	18:10~19:10	18:30~19:00		18:00~19:00	18:10~19:10			ジュニア3									
19:00	«有料スクール»	【映像】 3-ガ30		18:00~19:00				18:00~19:00				選手				18:00~19:00									19:00
		19:00~19:30		38×		【web予約:定員12名	,	選手	【web予約:定員73名】	【web予約:定員35名	1	選手 18:00~20:30	【web予約:定員68名】			選手 18:00~20:30									
19:30	バレエスクール		【定員:8名】	選手 18:00~20:30		VOLTBOX20 19:20~19:40		18:00~20:30	ジャズダンス45	infinity flow30 19:25~19:55	【定員:8名】		やすらぎヨーガ30			13.00-~20:30					ブー	·ル利用時間 19:5	0 館内退出時間 20:	00	19:30
	60 19:20~20:20	【web予約:定員45名】	GRID 19:45-19:55			キャスト (WEB予約: 定員45名)		■スクール制	19:25~20:10 SAKURA	RIHO	体幹トレーニング 19:45-19:55		19:30~20:00 林山幹	【web予約:定員12名 VOLTBOXstart20	1					ThT≥ × / →	(24時間	会員&ナイトモーニンク゚会	は見はマシンジムの夜間利	J用可能)	
20:00	泉 恵理		19.43*19:33		【web予約:定員30名	1	1	スイムスクール	SMICHON	女性限定	19.43-19.55	■スクール制	[web予約:定員50名]	19:50~20:10						アクアシェイプ 19:40~20:10	ショートプログ		ら終了5分後までは		20:00
		Group Fight 45			TOBIPPA 15 20:10~20:25	ZUMBA 45		20:00~21:00		1		スイムスクール		•						早川 陽佑			ら終了5分後までは ご利用いただけません。		
20:30		20:00~20:45 木村 勇吹			相馬 里奈	20:00~20:45 FE-			[web予約:定員30名]			20:00~21:00	Centergy	【web予約:定員12名 VOLTBOX	4			-ル利用時間 20:50			・3階ショートプログラ	5ムの開始5分前に8	8名以上お集まりの場合	合は、	20:30
20.50		95%	4		【web予約:定員45名				VOLT JUMP45				45 20:15~21:00	maximum 30 20:30~21:00			(24時間	司会員&ナイトモーニング会				プログラムはツール			20.50
	[web予約:定員73名]					*			20:25~21:10 RIHO				林山幹	20:30~21:00 伊藤 和愛			□ クラス説明				先着制レッスンとさ				
21:00					Group Blast 45			244	【web予約:定員73名】			244	【web予約:定員73名】					#1 The (4 #F #P)	ての方も安心してご参り ッスン・時間変更・担当	们できるクラスです。 者変更のクラスです。					21:00
	ボディメイクエアロ 45				20:55~21:40	(映像レッスン:定員30名	4	トレーニング 21:05~21:35		(映像レッスン:定員30名	5	トレーニング 21:05~21:35	Group Groove	【映像レッスン:定員30名	4			のレッス	スンは映像レッスンのク	<b>ラスです。</b>	□ 有料制のクラス	①バレエ ②オリシナ	ルステップ ③オリシナルコ	70	
21:30	21:00~21:45 狩野 謙斗				林山 幹	[映像LIVE]		-	リトモス45 21:25~22:10				30 21:20~21:50					のレッスンはW	/EB予約無しでご参加	可能クラスです。	<ul><li>・有料制のクラスで</li></ul>	です。別途、参加料	金が必要となります。		21:30
						MOSSA			21:25~22:10 長沼 淳子	【映像LIVE】 MOSSA			伊藤 和愛	【映像LIVE】 MOSSA			,		入会後1年未満の方限	を定クラスです。					
22:00						60 21:30-22:30				60				60				システム導入クラ			□ スタジオレン	ノダルについて			22:00
						21:30-22:30				21:30-22:30				21:30-22:30			<ul> <li>・レッスン予約公開期間は、21日先の同時刻に終了するレッスンまでとなり。</li> <li>・同時予約可能枠数は、ご登録の会員種別によって異なります。</li> <li>・WEB予約締め切りは、レッスン開始5分前までです。</li> </ul>				スタジオレッスンを実施	していない時間帯はス	タジオの貸し出しを行って	<b>ております。</b>	
22:30	22.30								1		4						<ul><li>予約の変更(場所の変)</li></ul>	更・キャンセル)は、レッスン	開始30分前までです。		60分每/550円 (税)	△」 ※詳細はギヤス	ア本でお存存くたさい。		22:30
																	<ul><li>スタジオへの入場順は、こ</li></ul>	スン開始10分前からです。 ございません。開始時刻まで	にご入場ください。						22.50
																	<ul><li>・助な休講・変更の場合かご登録いただいているアド</li></ul>	「ございます。その際は、レッ) レスヘメールにてお知らせいた	スンにご予約されている個相 とします。	へ、スタジオ予約システムに					
23:00		プール利用時間 22:50	第內退出時間 23:00	)		プール利用時間 22:50	0 館内退出時間 23:00	Ten)		プール利用時間 22:50	0 館内退出時間 23:00	)		マシンジム・ブール	利用時間 22:50	I	1								23:00
	(24	呵叫買貝&7分そこう	員はマシンジムの夜間利用	~9 mc)	(2	499国宝貝&が任ごが会	員はマシンジムの夜間利用で	986/	(24	PTIM質問及け作モング会	は同はマシンジムの夜間利用	~y mc)	1	無設開館時	間 23:00		1				_				