

2026年1月 スタジオ・アクアスケジュール



店舗情報		
■ 営業時間	月曜日～木曜日	9:00～23:30
	土曜日	9:00～21:00
	日曜日・祝日	9:00～20:00
	毎週金曜日、夏期、年末年始	



MEGALOS MACHIDA Time Line For Studio , Gym , Aqua										MEGALOS MACHIDA Time Line For Studio , Gym , Aqua									
	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			土曜日			日曜日			
	スタジオA	スタジオB	プール	スタジオA	スタジオB	プール	スタジオA	スタジオB	プール	スタジオA	スタジオB	プール	スタジオA	スタジオB	プール	スタジオA	スタジオB	プール	
9:00	通常営業開始 9:00 (24時間&ナイトニング会員は除く)			通常営業開始 9:00 (24時間&ナイトニング会員は除く)			通常営業開始 9:00 (24時間&ナイトニング会員は除く)			通常営業開始 9:00 (24時間&ナイトニング会員は除く)			営業開始 9:00			営業開始 9:00 (24時間&ナイトニング会員は除く)			9:00
9:30	9:25～9:30 ラジオ体操			【WEB予約: 定員68名】 ヒーリングアロマヨーガ45 9:30～10:15 きよみ			9:25～9:30 ラジオ体操			【WEB予約: 定員50名】 Group Centergy45 9:50～10:35 小林 慶祐			ミライク ジュニアクラス 9:00～10:00	ミライク キッズクラス 9:00～10:00	選手 6:00～9:30	ミライク キッズクラス 9:00～10:00	ミライク RUN 9:00～10:00	6:00～9:30	9:30
10:00	【WEB予約: 定員73名】 リトモス45 10:00～10:45 長沼 淳子			【WEB予約: 定員73名】 フラダンス45 10:30～11:15 chie			【WEB予約: 定員73名】 エンジョイエアロ40 9:45～10:25 増田 深雪	【WEB予約: 定員35名】 Group Centergy30 9:45～10:15 林山 幹	すきり 肩・腰・膝 9:55～10:15	【WEB予約: 定員45名】 エンジョイエアロ40 10:00～10:40 山岸 厚子			ミライク ジュニアクラス 10:00～11:00	ミライク キッズクラス 10:00～11:00		ミライク ジュニアクラス 10:00～11:00	ミライク キッズクラス 10:00～11:00		10:00
10:30		【有料スクール】	アクアシェイプ 10:20～10:50 中谷 一江				【WEB予約: 定員73名】		イストラダー ラジオ体操 10:25～10:55 吉田 賢一										10:30
11:00	【WEB予約: 定員73名】	シニア向け 健康スクール 10:50～11:50 キャスト			【WEB予約: 定員45名】 Group Groove30 10:45～11:15 瀬山 葵			【WEB予約: 定員45名】 ZUMBA45 10:45～11:30 ASA					ミライク キッズクラス 11:00～12:00	ミライク キッズクラス 11:00～12:00		【WEB予約: 定員68名】 ボディデザイン ピラティス30 11:20～11:50 岸本ひろみ	ミライク キッズクラス 11:00～12:00		11:00
11:30	ZUMBA45 11:05～11:50 大里 清美			【映倫】 Group Fight30 11:30～12:00	【映倫】 Group Fight30 11:30～12:00		【WEB予約: 定員68名】	【WEB予約: 定員45名】											11:30
12:00	【WEB予約: 定員68名】	【映倫】 グループダンス 11:00～12:00 パーソナルレッスン 【有料】 10:55～11:25	フィニッシュ 11:55～12:15																12:00
12:30	健美操45 12:05～12:50 中谷 一江	【映倫】 Group Blast30 12:15～12:45		【WEB予約: 定員73名】	【WEB予約: 定員41名】	クロール・背泳ぎ<応用> 12:05～12:25				■登録制 マスターズ サークル 12:00～13:00			【無料登録制】 ピクルボール サークル 12:15～12:45 キャスト	ShowStyle Dance40 12:10～12:50 MIYA	アクアダンス30 12:40～13:10 倉田 幸	トラディショナルヨーガ45 12:05～12:50 岸本ひろみ	【無料登録制】 ボディメイクサークル 12:20～12:50 キャスト ↑女性限定サークル↑ 【WEB予約: 定員45名】		12:30
	【WEB予約: 定員73名】	【WEB予約: 定員35名】	スイムトレーニング 12:25～12:55			クロール・背泳ぎ<入門> 12:30～12:50	【WEB予約: 定員43名】	【有料スクール】											13:00
13:00	ヴォーカリスム45 13:05～13:50 中谷 一江	Group Centergy45 13:05～13:50 小林 慶祐	■スクール制 スイムスクール 13:00～14:00		【WEB予約: 定員41名】		Group Power30 12:50～13:20 畔柳 大	シニア向け 健康スクール 12:45～13:45 キャスト			【WEB予約: 定員73名】	【有料スクール: 定員15名】	■スクール制 スイムスクール 13:00～14:00	13:10～13:50 骨髄運動トレーニング 土屋 きこ	Group Groove45 13:05～13:50 玉木 陽	トラディショナルヨーガ45 13:15～14:00 金田あけみ	ZUMBA45 13:10～13:55 岸本 ひろみ		13:30
13:30				Group Fight45 13:30～14:15 都築 紀彦	【WEB予約: 定員45名】			かんたんストレッチ30 13:40～14:10 畔柳 大											13:30
14:00	【WEB予約: 定員68名】	【WEB予約: 定員45名】																	14:00
14:30	ヒーリング アロマヨーガ45 14:05～14:50 田中 江里香	エンジョイエアロ40 14:15～14:55 田部 百合恵	平泳ぎ・バタフライ <入門> 14:05～14:25		太極拳45 14:05～14:50 畑 明子	パーソナルレッスン 【有料】 14:05～14:35				パーソナルレッスン 【有料】 14:05～14:35			アドバンス エアロ45 14:15～15:00 金田 あけみ	Group Fight45 14:05～14:50 玉木 陽	グループダンス 14:45～15:05 中道 暁汰	VOLT BOX20 14:15～14:35 中道 暁汰	VOLT BOX20 14:45～15:05 中道 暁汰		14:30
	【WEB予約: 定員45名】	【WEB予約: 定員35名】		Group Centergy45 14:35～15:20 都築 紀彦	【WEB予約: 定員45名】														15:00
15:00	美脊柱ヨーガ30 15:05～15:35 田中 江里香	歌ってMOVE30 15:15～15:45 柳田 彩水																	15:00
15:30																			15:30
16:00																			16:00
16:30	キッズアダンス キッズクラス 16:00～16:50	キッズ空手 初級クラス 16:10～17:10																	16:30
17:00																			17:00
17:30	キッズアダンス ジュニアクラス 17:00～18:00	キッズ空手 中上級クラス 17:10～18:10																	17:30
18:00																			18:00
18:30																			18:30
19:00																			19:00
19:30	【WEB予約: 定員73名】		選手 18:00～21:00																19:30
20:00	Group Centergy45 19:45～20:30 都築 紀彦	【WEB予約: 定員12名】 VOLT BOX20 20:00～20:20 久保田 大地																	20:00
20:30		【WEB予約: 定員12名】 VOLT BOX20 20:30～20:50 久保田 大地																	20:30
21:00	【WEB予約: 定員43名】																		21:00
21:30	Group Power45 20:50～21:35 都築 紀彦		★登録制 スイミングサークル 21:00～21:40																21:30
22:00			★月1回開催 開催日はプール内POPを ご確認ください。																22:00
22:30																			22:30
23:00	プール利用時間 22:50 館内退出時間 23:00 (24時間会員&ナイトニング会員はマンジムの夜間利用可能)			プール利用時間 22:50 館内退出時間 23:00 (24時間会員&ナイトニング会員はマンジムの夜間利用可能)			プール利用時間 22:50 館内退出時間 23:00 (24時間会員&ナイトニング会員はマンジムの夜間利用可能)			マンジムのプール利用時間 22:50 施設閉館時間 23:00			マンジムのプール利用時間 22:50 館内退出時間 23:00 (24時間会員&ナイトニング会員はマンジムの夜間利用可能)			マンジムのプール利用時間 22:50 館内退出時間 23:00 (24時間会員&ナイトニング会員はマンジムの夜間利用可能)			23:00