2026年1月　スタジオ・アクアスケジュール※12/24更新

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

月曜日

通常営業開始　9：00　（24時間＆ﾅｲﾄﾓｰﾆﾝｸﾞ会員は除く）

スタジオA
- 9：25～9：30 ラジオ体操
- 【WEB予約：定員73名】 リトモス45 10:00～10:45 長沼 浮子
- 【WEB予約：定員73名】 ZUMBA45 11:05～11:50 大里 清美
- 【WEB予約：定員68名】 健美操45 12:05～12:50 中谷 一江
- 【WEB予約：定員73名】 ヴォーカリズム45 13:05～13:50 中谷 一江
- 【WEB予約：定員68名】 ヒーリング アロマヨガ45 14:05～14:50 田中 江里香
- 【WEB予約：定員45名】 美脊柱ヨーガ30 15:05～15:35 田中 江里香
- キッズチアダンス キッズクラス 16:00～16:50
- キッズチアダンス ジュニアクラス 17:00～18:00
- 【WEB予約：定員73名】 Group Centergy45 19:45～20:30 都築 紀彦
- 【WEB予約：定員43名】 Group Power45 20:50～21:35 都築 紀彦

スタジオB
- 【有料スクール】 シニア向け 健康スクール 10:50～11:50 キャスト
- 【映像レッスン：定員30名】 【映像】 Group Blast30 12:15～12:45
- 【WEB予約：定員35名】 Group Centergy45 13:05～13:50 小林 慶祐
- 【WEB予約：定員45名】 エンジョイエアロ40 14:15～14:55 田部 百合恵
- 【WEB予約：定員35名】 歌ってMOVE30 15:15～15:45 柳田 彩水
- キッズ空手 初級クラス 16:10～17:10
- キッズ空手 中上級クラス 17:10～18:10
- 【WEB予約：定員12名】 VOLT BOX20 20:00～20:20 久保田 大地
- 【WEB予約：定員12名】 VOLT BOX20 20:30～20:50 久保田 大地

プール
- アクアシェイプ 10:20～10:50 中谷 一江
- ■スクール制 リボーンズスイム 11：00～12：00 パーソナルレッスン 【有料】 10:55～11:25
- フィンスイム 11:55～12:15
- スイム トレーニング 12:25～12:55
- ■スクール制 スイムスクール 13:00～14:00
- 平泳ぎ・バタフライ <入門> 14:05～14:25
- 選手 18:00～21:00
- ★登録制 スイミングサーク ル 21：00～21：40
- ★月1回開催 開催日はプール内POPを ご確認ください。

プール利用時間　22：50　館内退出時間　23：00
（24時間会員＆ﾅｲﾄﾓｰﾆﾝｸﾞ会員はマシンジムの夜間利用可能）

火曜日

通常営業開始　9：00　（24時間＆ﾅｲﾄﾓｰﾆﾝｸﾞ会員は除く）

スタジオA
- 【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
- 【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 11:30～12:10 秋山 拓実
- 【WEB予約：定員73名】 ZUMBA45 12:25～13:10 秋山 拓実
- 【WEB予約：定員73名】 Group Fight45 13:30～14:15 都築 紀彦
- 【WEB予約：定員50名】 Group Centergy45 14:35～15:20 都築 紀彦
- ミライク キッズクラス 16:30～17:30
- ミライク ジュニアクラス 17:30～18:30
- 【無料登録制】 ビックルボール サークル 19:00～19:30 キャスト
- 【WEB予約：定員30名】 TOBIPPA30 20:00～20:30 中道 颯汰
- 【WEB予約：定員45名】 Group Blast45 20:55～21:40 林山 幹

スタジオB
- 【WEB予約：定員45名】 Group Groove30 10:45～11:15 瀬山 菜
- 【映像レッスン：定員30名】 【映像】 Group Fight30 11:30～12:00
- 【WEB予約：定員41名】 トラディショナルヨーガ45 12:20～13:05 田中 江里香
- 【WEB予約：定員41名】 シェイプヨーガ30 13:20～13:50 田中 江里香
- 【WEB予約：定員45名】 太極拳45 14:05～14:50 畑 明子
- 【WEB予約：定員45名】 BAILA BAILA45 15:05～15:50 奈良 夢
- キッズチアダンス キッズクラス 16:00～16:50
- キッズチアダンス ジュニアクラス 17:00～18:00
- 【WEB予約：定員12名】 VOLT BOX20 19:20～19:40 水川 快生
- 【WEB予約：定員12名】 ※女性限定※ VOLT BOX20 20:00～20:20 水川 快生 ↑女性限定レッスン↑
- 【WEB予約：定員12名】 VOLT BOX20 20:40～21:00 水川 快生

プール
- クロール・背泳ぎ <応用> 12:05～12:25
- クロール・背泳ぎ <入門> 12:30～12:50
- ■スクール制 スイムスクール 13:00～14:00
- パーソナルレッスン 【有料】 14:05～14:35
- 選手 18:00～20:30 ■スクール制 スイムスクール 20:00～21:00
- スイムトレーニング 21：05～21：35

プール利用時間　22：50　館内退出時間　23：00
（24時間会員＆ﾅｲﾄﾓｰﾆﾝｸﾞ会員はマシンジムの夜間利用可能）

水曜日

通常営業開始　9：00　（24時間＆ﾅｲﾄﾓｰﾆﾝｸﾞ会員は除く）

スタジオA
- 9：25～9：30 ラジオ体操
- 【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73名】 バーニングエアロ45 10:40～11:25 増田 深雪
- 【WEB予約：定員68名】 ボディデザイン ピラティス45 11:45～12:30 増田 深雪
- 【WEB予約：定員43名】 Group Power30 12:50～13:20 畔柳 大
- 【WEB予約：定員68名】 かんたんストレッチ30 13:40～14:10 畔柳 大
- 【WEB予約：定員33名】 バレエ ～バーレッスン～30 14:30～15:00 泉 恵理
- 【WEB予約：定員45名】 バレエ30 15:20～15:50 泉 恵理
- キッズバレエ1 16:10～17:10
- キッズバレエ2 17:10～18:10
- キッズバレエ3 18:10～19:10
- 【有料スクール】 バレエスクール60 19:20～20:20 泉 恵理
- 【WEB予約：定員73名】 リトモス45 20:45～21:30 長沼 浮子

スタジオB
- 【WEB予約：定員35名】 Group Centergy30 9:45～10:15 林山 幹
- 【WEB予約：定員45名】 ZUMBA45 10:45～11:30 ASA
- 【WEB予約：定員45名】 BAILA BAILA45 11:45～12:30 カ石 美香
- 【有料スクール】 シニア向け 健康スクール 12:45～13:45 キャスト
- 【無料登録制】 サークル （健康・ウォーキング） 14:25～14:55 キャスト
- 【WEB予約：定員35名】 歌ってMOVE30 15:20～15:50 中道 颯汰
- キッズ空手 初級クラス 16:10～17:10
- キッズ空手 中上級クラス 17:10～18:10
- 【映像レッスン：定員30名】 【映像】 ヨーガ30 18:30～19：00
- 【WEB予約：定員35名】 Group Blast45 19:45～20:30 都築 紀彦
- 【WEB予約：定員45名】 Group Fight45 20:50～21:35 都築 紀彦

プール
- すっきり 肩・腰・膝 9:55～10:15
- インストラクター オリジナルアクア 10:25～10:55 吉田 賢一
- インストラクター オリジナルアクア 11:05～11:35 吉田 賢一
- ■登録制 マスターズ サークル 12:00～13:00
- ■スクール制 スイムスクール 13:00～14:00
- パーソナルレッスン 【有料】 14:05～14:35
- 選手 18:00～20:00 ■スクール制 スイムスクール 20:00～21:00
- スイムトレーニング 21：05～21：35

プール利用時間　22：50　館内退出時間　23：00
（24時間会員＆ﾅｲﾄﾓｰﾆﾝｸﾞ会員はマシンジムの夜間利用可能）

MEGALOS MACHIDA Time Line For Studio , Gym , Aqua

木曜日

通常営業開始　9：00　（24時間＆ﾅｲﾄﾓｰﾆﾝｸﾞ会員は除く）

スタジオA
- 【WEB予約：定員50名】 Group Centergy45 9:50～10:35 小林 慶祐
- 【WEB予約：定員68名】 トラディショナルヨーガ45 11:00～11:45 山岸 厚子
- 【WEB予約：定員68名】 ボディデザイン ピラティス45 12:05～12:50 山岸 厚子
- 【WEB予約：定員73名】 ZUMBA45 13:10～13:55 TOMOKO
- 【WEB予約：定員68名】 やすらぎヨーガ30 14:10～14:40 中原 邦子
- 【WEB予約：定員68名】 トラディショナルヨーガ45 15:00～15:45 中原 邦子
- キッズバレエ1 16:10～17:10
- キッズバレエ2 17:10～18:10
- キッズバレエ3 18:10～19:10
- 【WEB予約：定員33名】 バレエ ～バーレッスン～30 19:20～19:50 泉 恵理
- 【WEB予約：定員50名】 Group Centergy45 20:25～21:10 林山 幹
- 【WEB予約：定員30名】 TOBIPPA30 21:30～22:00 中道 颯汰

スタジオB
- 【WEB予約：定員45名】 エンジョイエアロ40 10:00～10:40 山岸 厚子
- 【WEB予約：定員45名】 フラダンス45 11:00～11:45 町田 あけみ
- 【無料登録制】 ビックルボール サークル 12:15～12:45 キャスト
- 【有料スクール：定員15名】 13:10～13:50 骨盤連動トレーニング 土屋 きこ
- 【WEB予約：定員45名】 ラテンエクスプレス コンサルサ 30 14:10～14:40 TOMOKO
- 【WEB予約：定員45名】 リトモス45 15:00～15:45 HONA
- ミライク キッズクラス 16:00～17:00
- ミライク ジュニアクラス 17:00～18:00
- ミライクRUN 18:00～19:00
- 【WEB予約：定員41名】 やすらぎヨーガ30 19:30～20:00 林山 幹
- 【無料登録制】 1・3週目ボディメイクサークル 2・4週目ランニングサークル 20:30～21:00 キャスト

プール
- ■スクール制 リボーンズスイム 9：30～10：30
- パーソナルレッスン 【有料】 11:30～12:00
- スイム トレーニング 12:25～12:55
- ■スクール制 スイムスクール 13:00～14:00
- パーソナルレッスン【有料】 14:05～14:35 平泳ぎ・バタフライ （応用） 14：05～14：25
- 選手 18:00～21:00
- マスターズサークル 21:00~22:00

マシンジム・プール利用時間　22：50
施設閉館時間　23：00

土曜日

営業開始　9：00

スタジオA
- ミライク ジュニアクラス 9:00～10:00
- ミライク ジュニアクラス 10:00～11:00
- 【WEB予約：定員73名】 リトモス45 11:15～12:00 MIYA
- 【WEB予約：定員73名】 エンジョイエアロ40 12:20～13:00 金田 あけみ
- 【WEB予約：定員68名】 トラディショナルヨーガ45 13:15～14:00 金田あけみ
- 【WEB予約：定員73名】 アドバンス エアロ45 14:15～15:00 金田 あけみ
- 【有料レッスン】 オリジナルエアロ45 15:15～16:00 金田 あけみ
- 【WEB予約：定員45名】 Group Blast45 16:30～17:15 林山 幹

スタジオB
- ミライク キッズクラス 9:00～10:00
- ミライク キッズクラス 10:00～11:00
- ミライク キッズクラス 11:00～12:00
- 【WEB予約：定員45名】 ShowStyle Dance40 12:10～12:50 MIYA
- 【WEB予約：定員45名】 Group Groove45 13:05～13:50 玉木 陽
- 【WEB予約：定員45名】 Group Fight45 14:05～14:50 玉木 陽
- 【WEB予約：定員45名】 フリースタイル STAGE 15:05～15:35 ＮＡＫＡＮＯ
- 【有料キッズイベント】 キッズストリート ダンスイベント 15:45～16:45
- 【WEB予約：定員45名】 ZUMBA45 17:00～17:45 長谷川 なごみ

プール
- 選手 6:00～9:30
- アクアダンス30 12:40～13:10 倉田 幸
- アクアシェイプ 19:40～20:10 早川 陽佑

プール利用時間　20：50　館内退出時間　21：00
（24時間会員＆ﾅｲﾄﾓｰﾆﾝｸﾞ会員はマシンジムの夜間利用可能）

日曜日

営業開始　9：00　（24時間＆ﾅｲﾄﾓｰﾆﾝｸﾞ会員は除く）

スタジオA
- ミライク キッズクラス 9:00～10:00
- ミライク ジュニアクラス 10:00～11:00
- 【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
- 【WEB予約：定員68名】 トラディショナルヨーガ45 12:05～12:50 岸本ひろみ
- 【WEB予約：定員50名】 Group Centergy45 13:30～14:15 林山 幹
- 【WEB予約：定員43名】 Group Power45 14:35～15:20 林山 幹
- 【WEB予約：定員30名】 TOBIPPA30 15:40～16:10 柳田 彩水
- 【WEB予約：定員73名】 Group Groove45 16:30～17:15 林山 幹
- 【WEB予約：定員68名】 トラディショナルヨーガ45 17:50～18:35 林山 幹

スタジオB
- ミライク RUN 9:00～10:00
- ミライク キッズクラス 10:00～11:00
- ミライク キッズクラス 11:00～12:00
- 【無料登録制】 ビックルボール サークル 12:20～12:50 キャスト
- 【WEB予約：定員45名】 ZUMBA45 13:10～13:55 岸本 ひろみ
- 【WEB予約：定員12名】 VOLT BOX20 14:15～14:35 中道 颯汰
- 【WEB予約：定員12名】 VOLT BOX20 14:45～15:05 中道 颯汰
- ミライク ジュニアクラス 15:30～16:30

プール
- 選手 6：00～9：30
- 選手 13:00~14:30
- ★登録制 スイミングサーク ル 15：30～16：00
- アクアダンス30 16:05~16:35 朴 梨里
- マスターズクラス 17：00～18：00
- ★15：30-16：00 スイミングサークル 月1回開催 開催日はプール内POPを ご確認ください。

プール利用時間　19：50　館内退出時間　20：00
（24時間会員＆ﾅｲﾄﾓｰﾆﾝｸﾞ会員はマシンジムの夜間利用可能）

□ クラス説明

- のレッスンは初めての方も安心してご参加できるクラスです。
- のレッスンは新設レッス・時間変更・担当者変更のクラスです。
- のレッスンは映像レッスンのクラスです。
- のレッスンは暗闇のクラスです。
- のレッスンは入会日から1年未満の方限定のクラスです。
- 登録制のサークルとなります。

□ WEB予約システム導入クラス

- ･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ます。
- ･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。
- ･WEB予約締め切りは、レッスン開始5分前までです。
- ･予約の変更（場所の変更・キャンセル）は、レッスン開始30分前までです。
- ･スタジオへの入場は、レッスン開始10分前からです。
- ･スタジオへの入場順は、ございません。開始時間までにご入場ください。
- ･急な休講・変更の場合がございます。その際は、レッスンにご予約されている皆様へ、スタジオ予約システムにご登録いただいているアドレスへメールにてお知らせいたします。

□ フリー遊泳日

10日(土)･20日(火)

□ 有料制のクラス

･バレエスクール
･オリジナルエアロ
･骨盤連動トレーニング
こちらは有料制のクラスです。
別途、参加料金が必要となります。

□ スタジオレンタルについて

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
貸し出しを行っております。
60分毎/550円（税込）
※詳細はキャストまでお尋ねください。