【確定版】2026年11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

月曜日

スタジオA
- 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）
- 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 淳子
- 【WEB予約：定員73名】 ZUMBA45 11:05～11:50 大里 清美
- 【WEB予約：定員73名】 **ヴォーカリズム45 12:05～12:50 中谷 一江**
- 【WEB予約：定員50名】 **Group Centergy45 13:05～13:50 小林**
- 【WEB予約：定員68名】 ヒーリング アロマヨーガ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
- 【有料コートレンタル】 **ピックルボール レンタルコート 18:15～19:15 4,400円（税込）/1時間**
- 【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
- **高齢者運動教室 8：30～9：30 10/5～11/23まで**
- 会員外対象の運動教室です
- 【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41名】 **健美操45 13:05～13:50 中谷 一江**
- 【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
- 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 岡
- 【WEB予約：定員12名】 VOLT BOX20 20:35～20:55 岡
- 【WEB予約：定員12名】 VOLT BOX20 21:10～21:30 岡

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
- キッズスイミング スクール 15:00～19:00
- 選手 18:00～21:00

プール利用時間 22：30 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

スタジオA
- 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）
- 【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
- 【無料登録制】 ビッグルボール サークル 13:20～13:50 キャスト
- 【WEB予約：定員73名】 **太極拳45 14:05～14:50 畑 明子**
- 【WEB予約：定員73名】 **Group Groove45 15:05～15:50 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】 ビッグルボール サークル 19:00～19:30 キャスト
- 【WEB予約：定員35名】 **TOBIPPA30 20:00～20:30 小林**
- 【WEB予約：定員45名】 Group Blast45 20:55～21:40 林山

スタジオB
- 【WEB予約：定員41名】 ボディデザイン ピラティス45 10:25～11:10 秋山 拓実
- 【WEB予約：定員45名】 Group Fight30 11:30～12:00 畔柳
- 【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35名】 **Group Cenergy45 14:05～14:50 都築 紀彦**
- 【映像レッスン：定員30名】 【映像】 ヨーガのピラティス 15:15～15:45
- 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45名】 ジャズダンス30 19:30～20:00 木澤 豊
- 【WEB予約：定員45名】 フリースタイル45 20:15～21:00 木澤 豊

プール
- 高齢者運動教室 9:30～10:30 10/6～11/24まで
- 会員外対象の運動教室です
- ベビースイミング スクール 10：30～12：00
- 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
- キッズスイミング スクール 15:00～19:00
- 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 22：30 館内退出時間 23：00
（24時間会員はマシンジムの夜間利用可能）

水曜日

スタジオA
- 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）
- 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 Power45 12:50～13:35 畔柳
- 【WEB予約：定員33名】 バレエ ～バーレッスン～45 14:00～14:45 泉 恵理
- 【WEB予約：定員45名】 バレエ45 15:05～15:50 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
- 【WEB予約：定員35名】 **TOBIPPA30 19:55～20:25 柳田**
- 【WEB予約：定員73名】 リトモス45 20:45～21:30 長沼 淳子

スタジオB
- 【WEB予約：定員35名】 Group Centergy30 9:45～10:15 林山
- 【WEB予約：定員45名】 ZUMBA45 10:45～11:30 ASA
- 【WEB予約：定員45名】 **Group Groove45 11:45～12:30 粟屋**
- 【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
- 【WEB予約：定員41名】 かんたんストレッチ30 14:00～14:30 キャスト
- 【無料登録制】 ウォーキングサークル 14:45～15:15 キャスト
- 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
- 【映像レッスン：定員30名】 【映像】 Group Centergy45 19:30～20:15
- 【映像レッスン：定員30名】 【映像】 Group Fight30 20:30～21:00

プール
- 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
- キッズスイミング スクール 15:00～19:00
- 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 22：30 館内退出時間 23：00
（24時間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

スタジオA
- 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）
- 【WEB予約：定員50名】 Group Centergy45 9:50～10:35 小林
- 【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 13:05～13:50 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
- 有料 **バレエスクール60 20:00～21:00 泉 恵理**

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
- 【WEB予約：定員12名】 VOLT BOX20 12:05～12:25 兵藤
- 【WEB予約：定員12名】 VOLT BOX20 12:35～12:55 兵藤
- 【有料スクール：定員15名】 13:10～13:50 骨盤運動トレーニング 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 45 14:00～14:45 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
- 【WEB予約：定員35名】 **Group Centergy45 20:15～21:00 林山**

プール
- ■スクール制 リボーンズスイム 9：30～10：30
- ベビースイミング スクール 10：30～12：00
- 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
- キッズスイミング スクール 15:00～19:00
- 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 22：30
施設閉館時間 23：00

土曜日

スタジオA
- 営業開始 9：00
- 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
- 【有料コートレンタル】 **ピックルボール レンタルコート 18:00～19:00 5,500円（税込）/1時間**
- **ピックルボール レンタルコート 19:00～20:00 5,500円（税込）/1時間**

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 瀬山
- 【WEB予約：定員45名】 Group Fight45 14:05～14:50 林山
- 【WEB予約：定員45名】 フリースタイル STAGE30 15:05～15:35 ＮＡＫＡＮＯ
- 【有料キッズスクール】 キッズストリート ダンススクール ジュニア１ 15:45～16:45
- キッズストリート ダンススクール ジュニア２ 16:45～17:45

プール
- 選手 6:00～9:30
- キッズスイミング スクール 8:30～10：30
- ベビースイミング スクール 10：30～12：00
- アクアダンス30 12:40～13:10 倉田 幸
- キッズスイミング スクール 13:30～18:30
- アクアシェイプ 19:40～20:10 早川 陽佑

プール利用時間 20：30 館内退出時間 21：00
（24時間会員はマシンジムの夜間利用可能）

日曜日

スタジオA
- 営業開始 9：00 （24時間＆ﾅｲﾄﾓｰﾆﾝｸﾞ会員は除く）
- 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
- 【WEB予約：定員43名】 Group Power45 14:35～15:20 林山
- 【WEB予約：定員35名】 **TOBIPPA30 15:40～16:10 柳田**
- 【WEB予約：定員73名】 Group Groove45 16:30～17:15 林山
- 【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

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
- 【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 秋山
- 【WEB予約：定員12名】 VOLT BOX20 14:45～15:05 秋山
- 【WEB予約：定員45名】 ジャズダンス30 15:30-16:00 山川 弘文
- 【WEB予約：定員45名】 ジャズダンス45 16:15-17:00 山川 弘文

プール
- 選手 6：00～9：30
- キッズスイミング スクール 8:30～13:30
- 選手 13:00～14:30
- マスターズクラス 17：00～18：00

プール利用時間 19：30 館内退出時間 20：00
（24時間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ン・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。
- ・スタジオへの入場時は、ございません。開始時刻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(火)・30日(月)

□ 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。