2026年12月スタジオ・アクアスケジュール

GROUP POWER / GROUP BLAST / GROUP fight / GROUP groove / GROUP CENTERGY / ZUMBA FITNESS

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

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】
美容柱ヨーガ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 紀香

【WEB予約：定員43名】
Group Power45
20:50～21:35
都築 紀香

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

【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

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

選手
18:00～21:00

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】
ビックルボール
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 紀香

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35名】
TOBIPPA30
20:00～20:30
小林

【WEB予約：定員45名】
Group Groove45
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 紀香

【映像レッスン：定員30名】
【映像】
ヨーガor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

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
櫛田

【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
栗屋

【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

【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

【WEB予約：定員45名】
Group Fight30
20:50～21:20
櫛田

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

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

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）

□ 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。
・スタジオへの入場順は、こだわりません。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。

日曜日

スタジオA

営業開始 9：00 （24時間会員は除く）

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
櫛田

【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

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）

□ フリー遊泳日

10(木)･20（日）

□ 有料制のクラス

・バレエスクール
・オリジナルエアロ
・骨盤運動トレーニング
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。

ミライク
キッズクラス
RUN
9:00～10:00

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

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

週替わりオリジナルアクア
15：15～15：45
担当者：未定

担当インストラクター
決まり次第更新します

マスターズクラス
17：00～18：00