

2024年10月スタジオ・アクアスケジュール【9/29更新】



店舗情報	メガロス三鷹
■営業時間	火曜日～金曜日 9:30-23:00 土曜日 9:30-21:00 日曜日・祝日 9:30-20:00
■休館日	毎月曜日、夏期、年末年始



MEGALOS MITAKA Time Line For Studio, Gym, Aqua

時間	火曜日				水曜日				木曜日				金曜日				土曜日				日曜日			
	スタジオA	スタジオB	ホストスタジオ	プール	スタジオA	スタジオB	ホストスタジオ	プール	スタジオA	スタジオB	ホストスタジオ	プール	スタジオA	スタジオB	ホストスタジオ	プール	スタジオA	スタジオB	ホストスタジオ	プール	スタジオA	スタジオB	ホストスタジオ	プール
9:30	営業開始 9:30																							
10:00	【定員制】40名 エンジョイ17P 10:00-10:30 西村 知雄	【定員制】32名 フランス 10:00-10:40 林 裕子			【定員制】35名 ヒーリング 10:45-11:30 高野 由紀子	【定員制】27名 ダンスフロアス 10:10-10:40 中野 裕子	【定員制】20名 キッズスクール 10:45-11:30 中野 裕子		【定員制】40名 エンジョイ17P 10:45-11:30 高木 愛造	【定員制】32名 健康操 9:50-10:35 菊池 久美			【定員制】40名 ナニ アソビ 9:50-10:25 木村 淳	【定員制】32名 太極拳 9:50-10:20 藤原 美津江			【定員制】35名 トランスダンス 10:00-10:30 小泉 美子	【定員制】20名 ヨガ 9:00-10:00			【定員制】35名 ボチボチ 9:50-10:35 藤原 美津江	【定員制】20名 キッズスクール 9:30-10:30		
10:30	【定員制】40名 ランパル 10:45-11:30 西村 知雄	【定員制】32名 ボチボチ 10:55-11:25 西村 知雄	【定員制】12名 REBORN スクール 11:00-12:00		【定員制】40名 ダンスフロアス 11:05-11:35 新井 公弘	【定員制】32名 太極拳 11:00-11:30 藤原 美津江	【定員制】20名 キッズスクール 11:05-11:30 藤原 美津江		【定員制】40名 エンジョイ17P 10:45-11:25 高木 愛造	【定員制】32名 ヨガ 10:45-11:30 上野 裕美			【定員制】40名 エンジョイ17P 10:45-11:30 木村 淳	【定員制】32名 健康操 10:35-11:05			【定員制】35名 13歳未満のキッズ 10:45-11:15 小泉 美子	【定員制】20名 ヨガ 10:00-11:00			【定員制】40名 エンジョイ17P 10:50-11:30 松原 雅子	【定員制】20名 トランスダンス 10:45-11:15 中野 裕子	【定員制】35名 アフタフイブ 10:45-11:15 寺本 隆	
11:00																								
11:30																								
12:00																								
12:30																								
13:00																								
13:30																								
14:00																								
14:30																								
15:00																								
15:30																								
16:00																								
16:30																								
17:00																								
17:30																								
18:00																								
18:30																								
19:00																								
19:30																								
20:00																								
20:30																								
21:00																								
21:30																								
22:00																								
22:30																								
23:00																								

【マランダム・プール：22:50 CLOSE】 / 【施設：23:00 CLOSE】

■ 初めの方を安心してご参加できるクラス
 ■ 内容や担当、時間等に異なるクラス
 ■ フットレスアクター（無酸素レッスン） 先着順でご参加できるクラス
 ■ ホットヨガクラスは女性会員専用クラス
 ■ ビジネスクラスへ入会から1年未満の方限定のクラス

■ 申し込みについて
 ■ クラスのキャンセル
 ■ プール利用について
 ■ 更衣室について
 ■ 予約について
 ■ 予約キャンセルについて