

2025年4月29日(火・祝)特別スケジュール

※アクアスケジュールは別途掲示物ご確認ください。

	3階スタジオA	4階スタジオB	3階ホットスタジオ	
9:30	[9:30 OPEN]			9:30
10:00	【定員制】40名 エンジョイエアロ 10:00-10:30 西村 知里	【定員制】32名 フラダンス 10:00-10:40 林 啓子		10:00
10:30	【定員制】40名			10:30
11:00	ラテンパシオン 10:45-11:30 石関 みどり	【定員制】32名 ボディデザイン ピラティス 10:55-11:25 西村 知里		11:00
11:30	【定員制】27名	【定員制】32名		11:30
12:00	ウェープリング 11:45-12:00	ボディデザイン ピラティス 11:45-12:15 石関 みどり		12:00
12:30	【定員制】35名			12:30
13:00	オリジナルコンディショニング 12:30-13:15 金子 智恵		【定員制】20名	13:00
13:30	【定員制】40名 フリースタイルNEXT ～ハウスダンス～ 13:30-14:00 西澤 竜一	【定員制】32名 パワーヨーガ 13:30-14:00 岸川 ゆき	♥ ホットヨーガリセット 骨盤 13:15-14:00 satomi	13:30
14:00	【有料・定員制】39名	【定員制】32名		14:00
14:30	🏊 Group Fight 14:15-15:15 玉木 陽・原田 征哉 2,200円 (税込)	🏊 トラディショナルヨーガ 14:15-14:45 岸川 ゆき	♥ 【定員制】20名 ホットスタイル ピラティス 14:30-15:15 福永 恭子	14:30
15:00		【有料・定員制】20名		15:00
15:30	【有料・定員制】39名	🏊 中上級ステップ50 15:15-16:05 小田 忠明 880円 (税込)		15:30
16:00	🏊 Group Groove 15:45-16:45 玉木 陽・小坂 仁美 2,200円 (税込)	【定員制】32名		16:00
16:30		美脊柱ヨーガ 16:30-17:15 小田 忠明		16:30
17:00	【有料・定員制】35名			17:00
17:30	🏊 Group Blast 17:15-18:15 玉木 陽 2,200円 (税込)			17:30
18:00				18:00
18:30				18:30
19:00				19:00

【マシンジム・プール : 19:50 CLOSE】 【施設 : 20:00 CLOSE】

※24時間会員の方は、20時以降もご利用いただけます



2025年ゴールデンウィークスタジオ・アクアスケジュール



■営業時間	9:30-23:00
	9:30-21:00
	9:30-20:00
■休憩日	月曜日



MEGALOS MITAKA Time Line For Studio, Gym, Aqua

時刻	5月3日(土)祝日・憲法記念日			5月4日(日)祝みどりの日			5月6日(火)祝こどもの日			5月7日(水)			5月8日(木)			5月9日(金)			5月10日(土)			5月11日(日)		
	スタジオA	スタジオB	ホストスタジオ	スタジオA	スタジオB	ホストスタジオ	スタジオA	スタジオB	ホストスタジオ	スタジオA	スタジオB	ホストスタジオ	スタジオA	スタジオB	ホストスタジオ	スタジオA	スタジオB	ホストスタジオ	スタジオA	スタジオB	ホストスタジオ	スタジオA	スタジオB	ホストスタジオ
9:30	営業開始 9:30																							
10:00																								
10:30																								
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																								

【マシンジム・プール：19:50 CLOSE】 / 【施設：20:00 CLOSE】

【マシンジム・プール：22:50 CLOSE】 / 【施設：23:00 CLOSE】

- 初めての方向感などで参加できるクラス
- 内容や担当、時間等に変更があるクラス
- フォトスタジオ(映写レス) 先着順で参加できるクラス
- ホットヨガクラスは女性専用クラス
- ビネークラスは入会から1年未満の方限定のクラス
- <レッスン内容> 予約制クラス
- <キャンセル> 21日までのキャンセルは無料です。21日を超えるとキャンセル料がかかります。
- <マナー> マナーについて
- <その他>
- ホットヨガクラスについて