メガロス三鷹 16周年特別イベントスケジュール

※イベント実施をする日にちのみ掲載しております。ご覧いただく際はお気をつけください

MEGALOS

MEGALOS MITAKA Time Line For Studio , Gym , Aqua

5月8日（金）

スタジオA

営業開始 9：30

【定員制】40名
ナニ アロハ
9:55-10:25
木村 淳

【定員制】40名
エンジョイエアロ
10:40-11:10
木村 淳

【定員制】35名
エンジョイステップ
11:25-11:55
秋野 朝美

【定員制】35名
バーニングステップ
12:10-12:40
秋野 朝美

【定員制】27名
ウェーブング
13:00-13:10

【定員制】40名
ZUMBA
13:30-14:15
IZUMI

【有料・定員制】40名
MEGADANZ60
14:30-15:30
岸川 ゆき
2,200円(税込)

メガロス × ETC
キッズダンス
【リトル】
16:30-17:30

メガロス × ETC
キッズダンス
【キッズ】
17:30-18:30

【定員制】20名
VOLTBOX
19:30-20:00
原田 征哉

【定員制】40名
Group Fight
20:30-21:15
原田 征哉

【登録制】
ボディメイクサークル
21:30-22:00

スタジオB

【定員制】32名
太極拳
9:50-10:20
増岡 美奈江

【登録制】
ウォーキングサークル
10:35－11:05

【映像】
Group Centergy45
11:15-11:45

【定員制】32名
美脊柱ヨーガ
12:30-13:15
大山 亭子

【定員制】32名
ボディデザイン
ビティス
13:30-14:15
大山 亭子

【定員制】27名
ストレッチポール
14:45-14:55

メガロスミライク
【キッズ】
16:00-17:00

メガロスミライク
【ジュニア】
17:00-18:00

【映像】
Group Groove45
19:40-20:25

【映像】
Group Centergy45
20:45-21:30

ルフレスタジオ

【定員制】20名
ホットヨーガリセット
冷えむくみ
10:30-11:15
岸川 ゆき

【定員制】20名
ホットヨーガ
ベーシック
11:30-12:30
岸川 ゆき

【定員制】20名
ホットヨーガ
ウエストシェイプ
13:30-14:15
森 奈苗

★予約不要

【定員制】11名
Reformer Pilates
【 Total Basic45 】
19:30-20:15
宮崎 亜弥

【定員制】11名
Reformer Pilates
【 Total Basic45 】
20:35-21:20
山中 美里

【定員制】11名
Reformer Pilates
【 Stretch flow30 】
21:35-22:05
山中 美里

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

5月9日（土）

スタジオA

営業開始 9：30

メガロス × ETC
キッズダンス
【リトル】
8:30-9:30

メガロス × ETC
キッズダンス
【キッズ】
9:30-10:30

【定員制】40名
ヴォーガリズム
11:15-12:00
shiho

【定員制】20名
VOLTBOX
12:20-12:50
金澤 匠

【定員制】15名
【女性専用】
VOLTBOX
13:10-13:40
金澤 匠

【定員制】35名
Group Power
14:00-14:45
Obi

【定員制】40名
Group Groove
15:00-15:45
小坂 仁美

【定員制】40名
ZUMBA
16:00-16:45
TOMOKO

【定員制】35名
Group Blast
17:05-17:50
宮崎 亜弥

【有料・定員制】39名
Group Groove60
18:30-19:30
伊藤 稲平・小坂 仁美
2,200円(税込)

【有料・定員制】39名
Group Fight60
19:55-20:55
伊藤 稲平・小坂 仁美
2,200円(税込)

※GF参加者のみ
21:30最終退館
※24時間会員の方はそのまま利用いただけます

スタジオB

メガロスミライク
【ジュニア】
9:00-10:00

メガロスミライク
【キッズ】
10:00-11:00

メガロスミライク
【ベビー】
11:00-11:45

【キッズ】
12:00-13:00

【映像】
Group Centergy30
13:15-13:45

【定員制】32名
トラディショナルヨーガ
14:15-14:45
MARIKO

メガロスミライク
【キッズ】
15:00-16:00

メガロスミライク
【ジュニア】
16:00-17:00

ミライクRUN
スクール
17:00-18:00

ルフレスタジオ

【定員制】20名
ホットヨーガ
ベーシック
10:30-11:15
加藤 聖子

【定員制】20名
ホットヨーガリセット
骨盤
11:40-12:25
加藤 聖子

【定員制】20名
ホットスタイルビティス
13:00-13:45
MARIKO

【定員制】11名
Reformer Pilates
【 waist45 】
14:45-15:30
中村 えみり

【定員制】11名
Reformer Pilates
【 Hip & Legs45 】
15:50-16:35
油原 史宗

【定員制】11名
Reformer Pilates
【 Total Basic45 】
17:00-17:45
油原 史宗

【マシンジム・プール：20:50 CLOSE】
【施設：21:00 CLOSE】

5月12日（火）

スタジオA

営業開始 9：30

【定員制】40名
エンジョイエアロ
10:00-10:30
西村 知里

【定員制】40名
ラテンバシオン
10:45-11:30
石関 みどり

【定員制】35名
ボディデザイン
ビティス
11:45-12:15
石関 みどり

【定員制】35名
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】35名
トラディショナルヨーガ
13:30-14:00
岸川 ゆき

【定員制】40名
MEGADANZ
14:20-15:05
岸川 ゆき

ミライクRUN
スクール
17:30-18:30

【有料・定員制】35名
小田スタイルステップ
バーディカルver.
18:45-19:35
小田 志明
1,100円(税込)

【定員制】30名
TOBIPPA
20:15-20:45
佐崎 海音

【定員制】40名
Group Groove
21:00-21:45
中村 えみり

スタジオB

【定員制】32名
フラダンス
10:00-10:40
林 容子

【定員制】32名
ボディデザイン
ビティス
10:55-11:25
西村 知里

【定員制】12名
REBORNS スクール
11:45-12:45

【定員制】27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】27名
歌ってMOVE
14:15-14:45
原田 征哉

【定員制】27名
GroupFight
15:10-15:40
原田 征哉

キッズ空手
スクール
【キッズ】
16:30-17:30

キッズ空手
スクール
【ジュニア】
17:35-18:35

【定員制】27名
ストレッチポール
19:20-19:35

【定員制】32名
1.3回目 トラディショナルヨーガ
2.4回目 パワーヨーガ
5回目 単発ヨーガ
19:50-20:35
小田 志明

【登録制】
ボディメイクサークル
20:50-21:20

★予約不要

ルフレスタジオ

【定員制】11名
Reformer Pilates
【 Total Basic45 】
10:10-10:55
ayumi

【定員制】11名
Reformer Pilates
【 Hip & Legs45 】
11:15-12:00
ayumi

【定員制】20名
ホットヨーガリセット
肩こり
13:15-14:00
原田 征哉

【定員制】20名
ホットスタイルビティス
14:30-15:15
福永 恭子

【定員制】20名
ホットヨーガ
ベーシック
19:15-20:00
金子 知弘

【定員制】20名
ホットヨーガリセット
冷え むくみ
20:30-21:15
miyukichi

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

5月17日（日）

スタジオA

営業開始 9：30

【定員制】35名
ボディデザイン
ビティス
9:50-10:35
原田 正美

【定員制】40名
エンジョイエアロ
10:50-11:30
松原 恵子

【定員制】35名
エンジョイステップ
11:45-12:15
松原 恵子

【定員制】40名
MEGADANZ
12:30-13:15
岸川 ゆき

【定員制】35名
ヒーリングアロマヨガ
13:30-14:10
岸川 ゆき

【定員制】40名
Group Fight
14:30-15:15
奇数週:原田 征哉
偶数週:小坂 仁美

【定員制】30名
TOBIPPA
15:30-16:00
竹澤 巧祐

【有料・定員制】33名
Group Power60
16:20-17:20
小林 愛祐
小坂 仁美・宮崎 亜弥
2,200円(税込)

■ マークがついているクラスについて
・有料制のクラスです。 ※別途、参加料金が必要となります。

■ ホットヨーガクラス について
・換気の為、平常時より温度や湿度が下がる場合がございます。
・ホットヨーガクラスは女性会員様専用クラスです。
・中級クラスを導入しております。お気軽にご参加ください。

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

スタジオB

メガロスミライク
【ジュニア】
9:00-10:00

メガロスミライク
【キッズ】
10:00-11:00

【キッズ】
11:00-12:00

【ジュニア】
12:00-13:00

メガロスミライク
【キッズ】
15:00-16:00

【定員制】32名
ボディデザイン
ビティス
13:50-14:20
浅見 由紀子

【定員制】32名
パワーヨーガ
14:35-15:05
岸川 ゆき

【登録制】
ランニングサークル
15:25－15:55

【映像】
Group Groove30
16:10-16:40

【映像】
Group Centergy45
17:00-17:45

ルフレスタジオ

【定員制】11名
Reformer Pilates
【 Total Basic45 】
10:00-10:45
寺田 有希

【定員制】11名
Reformer Pilates
【 Hip & Legs45 】
11:15-12:00
岸川 ゆき

【定員制】11名
Reformer Pilates
【 Total Basic45 】
12:30-13:15
宮崎 亜弥

【定員制】11名
Reformer Pilates
【 Total Basic45 】
13:35-14:20
永森 明穂

【定員制】20名
ホットヨーガ
ベーシック
15:45-16:30
松村 絵菜

【定員制】20名
ホットヨーガ
ウエストシェイプ（中温）
16:45-17:30
松村 絵菜

5月23日（土）

スタジオA

営業開始 9：30

メガロス × ETC
キッズダンス
【リトル】
8:30-9:30

メガロス × ETC
キッズダンス
【キッズ】
9:30-10:30

【定員制】40名
ヴォーガリズム
11:15-12:00
shiho

【定員制】20名
VOLTBOX
12:20-12:50
金澤 匠

【定員制】15名
【女性専用】
VOLTBOX
13:10-13:40
金澤 匠

【定員制】35名
Group Power
14:00-14:45
Obi

【定員制】40名
Group Groove
15:00-15:45
小坂 仁美

【定員制】40名
ZUMBA
16:00-16:45
TOMOKO

【定員制】35名
Group Blast
17:05-17:50
宮崎 亜弥

【有料・定員制】34名
Group Power60
18:15-19:15
Yuya・Obi
2,200円(税込)

【有料・定員制】35名
Group Centergy60
19:35-20:35
Yuya
2,200円(税込)

※GC参加者のみ
21:15最終退館
※24時間会員の方はそのまま利用いただけます

スタジオB

メガロスミライク
【ジュニア】
9:00-10:00

メガロスミライク
【キッズ】
10:00-11:00

メガロスミライク
【ベビー】
11:00-11:45

【キッズ】
12:00-13:00

【映像】
Group Centergy30
13:15-13:45

【定員制】32名
トラディショナルヨーガ
14:15-14:45
MARIKO

メガロスミライク
【キッズ】
15:00-16:00

メガロスミライク
【ジュニア】
16:00-17:00

ミライクRUN
スクール
17:00-18:00

ホットスタジオ

【定員制】20名
ホットヨーガ
ベーシック
10:30-11:15
加藤 聖子

【定員制】20名
ホットヨーガリセット
骨盤
11:40-12:25
加藤 聖子

【定員制】20名
ホットスタイルビティス
13:00-13:45
MARIKO

【定員制】11名
Reformer Pilates
【 waist45 】
14:45-15:30
中村 えみり

【定員制】11名
Reformer Pilates
【 Hip & Legs45 】
15:50-16:35
油原 史宗

【定員制】11名
Reformer Pilates
【 Total Basic45 】
17:00-17:45
油原 史宗

【マシンジム・プール：20:50 CLOSE】
【施設：21:00 CLOSE】

5月27日（水）

スタジオA

営業開始 9：30

【定員制】35名
ヒーリング
アロマヨーガ
10:00-10:45
高屋 由紀子

【定員制】40名
リビュアウォーク
11:05-11:35
新井 公久枝

【定員制】40名
ヴォーガリズム
11:55-12:25
御手洗 香代

【定員制】40名
ハーモニズム
12:40-13:10
御手洗 香代

【定員制】35名
美曲線ヨーガ
13:35-14:05
美宅 玲子

【定員制】40名
ZUMBA
14:30-15:15
小山 江里子

【定員制】40名
FITHOP
15:30-16:00
小山 江里子

ミライクRUN
スクール
17:30-18:30

【定員制】35名
時間変更しています
Group Centergy
19:30-20:15
小松 明日美

【有料・定員制】34名
Group Blast60
20:30-21:30
Yuya・小松明日美
2,200円(税込)

スタジオB

【定員制】32名
太極拳
10:15-10:45
増岡 美奈江

太極拳
10:55-11:25
増岡 美奈江

【定員制】32名
やさしいピラティス
11:50-12:20
菊池 久美

【定員制】21名
バレ・バーレッスン～
12:40-13:10
KAKO

【定員制】21名
バレエ
13:25-13:55
KAKO

【定員制】32名
ボディデザインビティス
14:30-15:00
美宅 玲子

キッズバレエ
スクール
【リトル】
16:00-17:00

キッズバレエ
スクール
【ベーシック】
17:00-18:00

【映像】
Group Groove45
19:30-20:15

【定員制】27名
フリースタイルNEXT
～ハウスダンス～
20:45-21:15
万里

ハウスダンススクール
21:30-22:30
万里

ホットスタジオ

【定員制】20名
ホットヨーガ
ウエストシェイプ
10:30-11:15
菊池 久美

【定員制】20名
ホットヨーガ
ベーシック
11:45-12:30
松村 絵菜

【定員制】20名
ホットヨーガ
ベーシック
13:30-14:30
房枝

【定員制】11名
Reformer Pilates
【 Hip & Legs45 】
19:30-20:15
中條 奏美

【定員制】11名
Reformer Pilates
【 Total Basic45 】
20:35-21:20
中條 奏美

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