

2026年9月スタジオ・アクアスケジュール

※変更となる可能性もございます



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	毎週月曜日、夏期、年末年始



MEGALOS MITAKA Time Line For Studio , Gym , Aqua

	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	ルフレスタジオ	プール	スタジオA	スタジオB	ルフレスタジオ	プール	スタジオA	スタジオB	ルフレスタジオ	プール	スタジオA	スタジオB	ルフレスタジオ	プール	スタジオA	スタジオB	ルフレスタジオ	プール	スタジオA	スタジオB	ルフレスタジオ	プール		
9:30	営業開始 9:30				営業開始 9:30				営業開始 9:30				営業開始 9:30				営業開始 9:30				営業開始 9:30				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	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 10:10-10:55 ayumi		【定員制】35名 ヒーリング アロマヨガ 10:00-10:45 高屋 由紀子	【定員制】32名 太極拳 10:15-10:45 増岡 美奈江	【定員制】20名		【定員制】40名 エンジョイエアロ 10:00-10:30 高木 愛澄	【定員制】32名 健康操 9:50-10:35 菊池 久美			【定員制】40名 ナニ アロハ 9:55-10:25 木村 淳	【定員制】22名 太極拳 9:50-10:20 増岡 美奈江			メガロス × ETC キッズダンス 【リトル】 8:30-9:30	メガロスミライ 【ジュニア】 9:00-10:00	【定員制】20名	キッズスクール ～10:00	【定員制】35名 ボディデザイン ピラティス 10:00-10:35 原田 正美	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 10:00-10:45 寺田	キッズスクール ～12:00	10:00		
10:30	【定員制】40名	【定員制】32名		ベビースクール 10:15～11:15 ※2コース使用					【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】40名 エンジョイエアロ 10:40-11:10 木村 淳	【登録制】	【定員制】20名		ベビースクール 10:15～11:15 ※2コース使用	メガロス × ETC キッズダンス 【キッズ】 9:30-10:30	【キッズ】 10:00-11:00		ベビースクール 10:15～11:15 ※2コース使用	【定員制】40名	エンジョイエアロ 10:50-11:30 松原 恵子	【定員制】40名	10:30	
11:00	ラテンパシオン 10:45-11:30 石岡 みどり	ボディデザイン ピラティス 10:55-11:25 西村 知里	【定員制】11名		【定員制】40名 リビュアワーク 11:05-11:35 新井 公久枝	太極拳短期イベント 10:55-11:25 増岡 美奈江	【定員制】20名		【定員制】40名	【定員制】20名	【定員制】11名		【定員制】35名 エンジョイステップ 11:25-11:55 秋野 朝美	【登録制】	【定員制】20名		※2コース使用	【定員制】40名	メガロスミライ 【ベビー】 11:00-11:45	【定員制】20名		【定員制】40名	エンジョイエアロ 11:30-12:00 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】11名 Reformer Pilates 【 Hip & Legs45 】 11:15-12:00 岸川 ゆき	11:00
11:30	【定員制】35名	【定員制】12名	Reformer Pilates 【 Hip & Legs45 】 11:15-12:00 ayumi		【定員制】40名	【定員制】32名	【定員制】20名		【定員制】40名	【定員制】20名	【定員制】11名		【定員制】35名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名	ウォーキング 11:15-12:00 shiho	【定員制】20名		アクアアドバンス （定員48名） 11:30-12:00 山路 陽子	【定員制】35名	【定員制】40名	エンジョイステップ 11:45-12:15 松原 恵子	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Hip & Legs45 】 11:15-12:00 岸川 ゆき	11:30
12:00	ボディデザイン ピラティス 11:45-12:15 石岡 みどり	REBORNS スクール 11:45-12:45			【定員制】40名	【定員制】21名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】35名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11名	12:00
12:30	【定員制】35名				【定員制】40名	【定員制】21名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】35名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11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		【定員制】40名	【定員制】21名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】35名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11名	13:00
13:30	【定員制】35名	【定員制】27名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】21名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】35名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11名	13:30
14:00	トラディショナルヨーガ 13:30-14:00 岸川 ゆき	【定員制】27名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】21名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】35名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11名	14:00
14:30	【定員制】40名	【定員制】27名	【定員制】20名		【定員制】40名	【定員制】32名	【定員制】20名		【定員制】40名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】40名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11名	14:30
15:00		【定員制】27名	【定員制】20名		【定員制】40名	【定員制】32名	【定員制】20名		【定員制】40名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】40名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11名	15:00
15:30		【定員制】27名	【定員制】20名		【定員制】40名	【定員制】32名	【定員制】20名		【定員制】40名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】40名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11名	15:30
16:00					【定員制】40名	【定員制】32名	【定員制】20名		【定員制】40名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】40名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11名	16:00
16:30	エアロ短期イベント 16:15-17:05 高木 愛澄				【定員制】40名	【定員制】32名	【定員制】20名		【定員制】40名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】40名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11名	16:30
17:00		キッズ空手 スクール 【キッズ】 16:30-17:30			【定員制】40名	【定員制】32名	【定員制】20名		【定員制】40名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】40名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11名	17:00
17:30					【定員制】40名	【定員制】32名	【定員制】20名		【定員制】40名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】40名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11名	17:30
18:00	ミライGRUN スクール 17:30-18:30	キッズ空手 スクール 【ジュニア】 17:35-18:35			【定員制】40名	【定員制】32名	【定員制】20名		【定員制】40名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】40名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11名	18:00
18:30					【定員制】40名	【定員制】32名	【定員制】20名		【定員制】40名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】40名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11名	18:30
19:00	【定員制】35名	【定員制】27名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】21名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】35名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11名	19:00
19:30	【定員制】30名	【定員制】32名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】21名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】35名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11名	19:30
20:00	【定員制】30名	【定員制】32名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】21名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】35名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11名	20:00
20:30	【定員制】35名	【定員制】32名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】21名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】35名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11名	20:30
21:00	【定員制】35名	【定員制】32名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】21名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】35名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11名	21:00
21:30	【定員制】35名	【定員制】32名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】21名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】35名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11名	21:30
22:00	【定員制】35名	【定員制】32名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】21名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】35名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11名	22:00
22:30	【定員制】35名	【定員制】32名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】21名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】35名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11名	22:30
23:00	【定員制】35名	【定員制】32名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】21名	【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】32名	【定員制】11名		【定員制】35名	【登録制】	【定員制】20名		【定員制】40名		【定員制】20名		【定員制】35名	【定員制】40名	MEGADANZ 12:30-13:15 岸川 ゆき	【定員制】11名 Reformer Pilates 【 Total Basic45 】 12:30-13:15 宮崎	【定員制】11名	23:00