

# 2024/8 メガロス武蔵小金井スケジュール



	火曜日				水曜日				木曜日				
	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ	アリーナ	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ	アリーナ	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ	アリーナ	
9:30	営業開始 9:30												9:30
10:00	[定員制 40名] 9:50-10:35 ZUMBA® GOLD 山田 多佳子	[定員制 60名] 9:55-10:40 ZUMBA® GOLD (45分クラス) 高澤 好幸	リセルク会員 女性限定スタジオ	9:30-11:00 アリーナ開放 卓球	[定員制 26名] 10:00-10:45 インジョイスエアロ 尾崎 美智子	[定員制 60名] 10:00-10:45 インジョイスエアロ 熊谷 ゆかり	リセルク会員 女性限定スタジオ	10:00-11:00 アリーナ開放 バドミントン	[定員制 40名] 10:40-11:10 [VR] Group Power30	[定員制 60名] 9:55-10:25 太極拳 河原 佳久	[定員制 60名] 9:55-10:40 ウォーキング 玉澤 明人		10:00
10:30	[定員制 40名] 10:55-11:25 トラディショナルヨーガ 山田 多佳子	[定員制 50名] 10:55-11:40 Group Power 45 駒形 遼哉	11:00-11:45 ホトヨーガ ベーンワグ45 熊谷 ゆかり		[定員制 40名] 11:00-11:45 Group Centery 45 竹之下 礼子	[定員制 60名] 11:00-11:45 健美操 志田 香織				[定員制 26名] 11:25-12:10 フジメコ 石田 アリサ	[定員制 60名] 11:00-11:45 フランス 野畑 瑞美	11:00-11:45 ホトヨーガ/セット 骨盤45 吉田 静枝	
11:00	[定員制 40名] 11:50-12:35 太極拳 河原 佳久	[定員制 40名] 12:00-12:45 Group Blast 45 駒形 遼哉			[定員制 40名] 12:10-12:55 ボクシング/ビバディ 大山 幸子	[定員制 50名] 12:00-12:30 Group Fight 30 竹之下 礼子			[定員制 26名] 12:25-13:10 ラテン/バクソン 小林 亜子	[定員制 60名] 12:00-12:45 ZUMBA® (45分クラス) 小林 亜紀恵			12:00
11:30	[定員制 40名] 12:50-13:20 [VR] Group Fight 30	[定員制 60名] 13:15-14:00 ボクシング/ビバディ 黒川 清美	13:30-14:15 ホトヨーガ ウエストスイア45 Nami		[定員制 27名] 12:45-13:30 ZUMBA® (45分クラス) 八幡塚 ゆかり	[定員制 60名] 12:45-13:30 ZUMBA® (45分クラス) 八幡塚 ゆかり			[定員制 26名] 13:25-14:10 フリースタイルSTAGE ~HIP HOP~ SAKURA	[定員制 50名] 13:00-13:45 バーニングエアロ 小林 亜紀恵			12:30
13:00	[新規クラス] 13:45-14:45 小金井市愛託スクール	[定員制 44名] 14:25-14:55 やせいのバリエーション 高井 景介	14:35-15:20 ホトヨーガ パワースイア45 Nami		[定員制 40名] 14:10-14:55 トラディショナルヨーガ 塩野 麻実	[定員制 40名] 13:45-14:30 ジズダンス STAGE 五十嵐 義生			[定員制 26名] 14:45-15:45 ジズダンススクール 五十嵐 義生	[定員制 60名] 14:00-14:45 バルトソール/センセーション 中村 まさみ	14:00-14:45 ホトヨーガ ベーンワグ45 keiko		13:00
13:30	15:00-16:00 ミライク (キッズスクール) キャスト 3歳~1年生	[定員制 44名] 15:15-16:00 J/L工 高井 景介			[有料スクール] 16:00-16:30 [VR] Group Fight 30	[有料スクール] 16:00-17:00 チアダンス スクール60 (キッズスクール) 5歳~2年生			14:30-15:30 REBORNS FIT スクール	[定員制 60名] 15:00-15:45 トラディショナルヨーガ 中村 まさみ			13:30
14:00													14:00
14:30													14:30
15:00													15:00
15:30													15:30
16:00													16:00
16:30													16:30
17:00													17:00
17:30	17:00-18:00 キッズ空手 60 (キッズスクール) 5歳~小学生	8/6.20.27 (火)											17:30
18:00	18:00-19:00 キッズ空手 60 (キッズスクール) 小学生~中学生												18:00
18:30													18:30
19:00													19:00
19:30	[映像 26名] 19:30-19:45 [VR]Group Centery 15	[定員制 10名] 19:30-19:50 VOLT BOX20 樋口 直哉	19:00-19:45 ホトヨーガ ウエストスイア45 TOMO										19:30
20:00	[映像 26名] 20:05-20:20 [VR]Group Power 15	[定員制 10名] 20:05-20:25 ビーターズ/VOLT BOX start 20 樋口 直哉											20:00
20:30	[定員制 40名] 20:40-21:10 トラディショナルヨーガ 未来	[定員制 35名] 20:50-21:20 TOBIPPA 30 樋口 直哉											20:30
21:00	[映像 26名] 21:25-21:55 [VR] Group Blast 30	[定員制 50名] 21:40-22:25 Group Groove 45 樋口 直哉											21:00
21:30													21:30
22:00													22:00
22:30													22:30
22:50													22:50
23:00													23:00

8/7.21.28(水)

# 2024/8 メガロス武蔵小金井スケジュール



	金曜日				土曜日				日曜日				
	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ	アリーナ	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ	アリーナ	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ	アリーナ	
9:30	営業開始 9:30												9:30
10:00	【定員制 27名】 9:50-10:20 MEGALOS ボディーチューニング	【定員制 60名】 9:50-10:30 やすらびヨーガ 宮本 知子	リレール会員 女性限定スタジオ	9:30-11:00 アリーナ開放 卓球	9:40-10:40 ミライク (キッズスクール) ホトコ 3歳~1年生	【定員制 60名】 9:55-10:40 ZUMBA6 (45分クラス) 木村 真由美	リレール会員 女性限定スタジオ	9:30-10:30 キッズテニス 1タイム (キッズスクール)	【定員制 40名】 10:00-10:30 フラッシュ あじた 紗花	【定員制 60名】 10:45-11:25 エンジョイエアロ 宮本 知子	11:00-11:45 ホトコスタイル ピチアス45 大山 幸子	9:30-10:30 キッズテニス 1タイム (キッズスクール)	10:00
10:30		【定員制 50名】				【定員制 44名】 10:55-11:25 やせしんじゅ KAKO		10:30-11:30 キッズテニス 2タイム (キッズスクール)	【定員制 26名】 10:45-11:25 エンジョイステップ40 前田 ゆきえ	【定員制 60名】 10:45-11:30 ヒーリングボディヨーガ 岸川 ゆき	11:00-11:45 ホトコスタイル ピチアス45 佐藤 真美	10:30-11:30 キッズテニス 2タイム (キッズスクール)	10:30
11:00	【映倫 26名】 11:00-11:15 【VR】Group Fight	10:45-11:25 エンジョイエアロ 宮本 知子				【定員制 40名】 11:45-12:15 ベルグウィンドストレッチ 小松 明日美	【定員制 44名】 11:40-12:25 凡エ KAKO		11:30-12:30 キッズテニス 3タイム (キッズスクール)	※時間変更 12:15-13:15 ミライク (キッズスクール) キャスト 3歳~1年生	【参加対象】 入会日から1年未満の方 ※2024年12月1日入会の場合 ⇒2024年12月1日開始の レッスン分まで参加可能です。	11:30-12:30 キッズテニス 3タイム (キッズスクール)	11:00
11:30	【映倫 26名】 11:30-12:00 【VR】Group Blast	【定員制 60名】 11:40-12:10 Group Centery 30 竹之下 礼子				【映倫 26名】 13:20-13:45 【VR】Group Groove	【定員制 10名】 13:50-14:15 ビチークラス(VOLTBX start 20) 新藤 貴雄	【参加対象】 入会日から1年未満の方 ※2024年12月1日開始の レッスン分まで参加可能です。	14:00-14:50 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年少~年長	【定員制 40名】 14:15-15:00 フリースタイルスクール DAISUKE	14:00-14:30 ホトコヨー アドバンス30 TOMO	14:00-15:00 キッズテニス 5タイム (キッズスクール)	11:30
12:00	【定員制 26名】	【定員制 35名】 12:30-13:00 TOBIPPA 竹之下 礼子	12:00-12:30 ホトコヨー-カベ-ベック30 宮本 知子			【映倫 26名】 14:00-14:15 【VR】Group Centery	【定員制 24名】 14:25-14:55 VOLTBX 20 新藤 貴雄		15:00-15:50 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 15:15-15:45 やせしんじゅ 西村 知里	【定員制 35名】 15:45-16:15 ピチークラス(TOBIPPA 30) 五木 陽	15:00-16:00 キッズテニス 6タイム (キッズスクール)	12:00
12:30	12:15-13:00 フリースタイルNEXT ~HIP HOP~ かず	【定員制 50名】	8/2,9,23,30(金)			【映倫 26名】 16:25-17:10 【VR】Group Power 45	【定員制 50名】 17:45-18:30 Group Fight 45 五木 陽		16:00-16:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里	【定員制 50名】 16:50-17:35 Group Power 45 大山 祐孝	15:00-16:00 キッズテニス 6タイム (キッズスクール)	12:30
13:00	【有料スクール】	【定員制 50名】				【映倫 26名】 17:00-17:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 50名】 18:00-18:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生		16:00-16:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里	【定員制 35名】 15:55-16:25 TOBIPPA 小山 亜菜	16:00-17:00 キッズテニス 7タイム (キッズスクール)	13:00
13:30	13:15-14:15 フリースタイルイベント ~HIP HOP~ かず	【定員制 60名】 14:25-15:10 ZUMBA6(45分クラス) 高澤 好寿	14:35-15:20 ホトコヨー-別セット 開ク45 Nami			【映倫 26名】 18:00-18:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 50名】 18:00-18:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生		15:00-15:50 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 40名】 15:15-15:45 やせしんじゅ 西村 知里	【定員制 50名】 18:00-18:45 8/11-25 Group Fight 45 8/4-18 Group Blast 45 大山 祐孝	15:00-16:00 キッズテニス 6タイム (キッズスクール)	13:30
14:00		【定員制 60名】				【映倫 26名】 19:00-20:30 体育育成 (キッズスクール) 年長~中学生			16:00-16:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里	【定員制 50名】 17:00-17:45 ホトコヨー ウエストシェイプ45 平瀬 真珠	14:00-15:00 キッズテニス 5タイム (キッズスクール)	14:00
14:30	14:30-15:15 やせしんじゅ 西村 知里	【定員制 40名】	※担当者変更			【映倫 26名】 20:00-20:30 【VR】Group Centery 15	【定員制 50名】 20:00-20:30 Group Fight 30 前 彩夏		16:00-16:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里	【定員制 50名】 17:00-17:45 ホトコヨー ウエストシェイプ45 平瀬 真珠	15:00-16:00 キッズテニス 6タイム (キッズスクール)	14:30
15:00	15:30-16:15 ヒーリングボディヨーガ 吉田 静枝	【定員制 40名】			【映倫 26名】 20:40-21:10 【VR】 Group Power 30	【定員制 35名】 20:50-21:20 TOBIPPA 30 前 彩夏		16:00-16:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里	【定員制 50名】 17:00-17:45 ホトコヨー ウエストシェイプ45 平瀬 真珠	15:00-16:00 キッズテニス 6タイム (キッズスクール)	15:00	
15:30		【定員制 60名】			【映倫 26名】 21:30-22:30 【LIVE LESSON】 Group Groove 60	【定員制 60名】 21:40-22:25 Group Centery 45 前 彩夏		16:00-16:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里	【定員制 50名】 17:00-17:45 ホトコヨー ウエストシェイプ45 平瀬 真珠	16:00-17:00 キッズテニス 7タイム (キッズスクール)	15:30	
16:00		【定員制 60名】						16:00-16:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里	【定員制 50名】 17:00-17:45 ホトコヨー ウエストシェイプ45 平瀬 真珠	16:00-17:00 キッズテニス 7タイム (キッズスクール)	16:00	
16:30		【定員制 60名】						16:00-16:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里	【定員制 50名】 17:00-17:45 ホトコヨー ウエストシェイプ45 平瀬 真珠	16:00-17:00 キッズテニス 7タイム (キッズスクール)	16:30	
17:00	17:00-18:00 ミライク (キッズスクール) キャスト 3歳~1年生	17:00-18:00 キッズ空手 60 (キッズスクール) 5歳~小学生						16:00-16:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里	【定員制 50名】 17:00-17:45 ホトコヨー ウエストシェイプ45 平瀬 真珠	16:00-17:00 キッズテニス 7タイム (キッズスクール)	17:00	
17:30		【定員制 60名】						16:00-16:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里	【定員制 50名】 17:00-17:45 ホトコヨー ウエストシェイプ45 平瀬 真珠	16:00-17:00 キッズテニス 7タイム (キッズスクール)	17:30	
18:00		【定員制 60名】						16:00-16:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里	【定員制 50名】 17:00-17:45 ホトコヨー ウエストシェイプ45 平瀬 真珠	16:00-17:00 キッズテニス 7タイム (キッズスクール)	18:00	
18:30		【定員制 60名】						16:00-16:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里	【定員制 50名】 17:00-17:45 ホトコヨー ウエストシェイプ45 平瀬 真珠	16:00-17:00 キッズテニス 7タイム (キッズスクール)	18:30	
19:00		【定員制 60名】						16:00-16:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里	【定員制 50名】 17:00-17:45 ホトコヨー ウエストシェイプ45 平瀬 真珠	16:00-17:00 キッズテニス 7タイム (キッズスクール)	19:00	
19:30	【映倫 26名】 19:30-19:45 【VR】Group Groove 15	【定員制 50名】 20:00-20:30 Group Fight 30 前 彩夏						16:00-16:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里	【定員制 50名】 17:00-17:45 ホトコヨー ウエストシェイプ45 平瀬 真珠	16:00-17:00 キッズテニス 7タイム (キッズスクール)	19:30	
20:00	【映倫 26名】 20:10-20:25 【VR】Group Centery 15	【定員制 50名】 20:00-20:30 Group Fight 30 前 彩夏						16:00-16:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里	【定員制 50名】 17:00-17:45 ホトコヨー ウエストシェイプ45 平瀬 真珠	16:00-17:00 キッズテニス 7タイム (キッズスクール)	20:00	
20:30	【映倫 26名】 20:40-21:10 【VR】 Group Power 30	【定員制 35名】 20:50-21:20 TOBIPPA 30 前 彩夏	20:30-21:15 ホトコヨー-カ リセット骨盤44 keiko					16:00-16:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里	【定員制 50名】 17:00-17:45 ホトコヨー ウエストシェイプ45 平瀬 真珠	16:00-17:00 キッズテニス 7タイム (キッズスクール)	20:30	
21:00	【映倫 26名】	【定員制 60名】						16:00-16:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里	【定員制 50名】 17:00-17:45 ホトコヨー ウエストシェイプ45 平瀬 真珠	16:00-17:00 キッズテニス 7タイム (キッズスクール)	21:00	
21:30	【映倫 26名】	【定員制 60名】						16:00-16:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里	【定員制 50名】 17:00-17:45 ホトコヨー ウエストシェイプ45 平瀬 真珠	16:00-17:00 キッズテニス 7タイム (キッズスクール)	21:30	
22:00	21:30-22:30 【LIVE LESSON】 Group Groove 60	【定員制 60名】						16:00-16:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里	【定員制 50名】 17:00-17:45 ホトコヨー ウエストシェイプ45 平瀬 真珠	16:00-17:00 キッズテニス 7タイム (キッズスクール)	22:00	
22:30		【定員制 60名】						16:00-16:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里	【定員制 50名】 17:00-17:45 ホトコヨー ウエストシェイプ45 平瀬 真珠	16:00-17:00 キッズテニス 7タイム (キッズスクール)	22:30	
22:50		【定員制 60名】						16:00-16:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里	【定員制 50名】 17:00-17:45 ホトコヨー ウエストシェイプ45 平瀬 真珠	16:00-17:00 キッズテニス 7タイム (キッズスクール)	22:50	
23:00		【定員制 60名】						16:00-16:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生	【定員制 26名】 16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里	【定員制 50名】 17:00-17:45 ホトコヨー ウエストシェイプ45 平瀬 真珠	16:00-17:00 キッズテニス 7タイム (キッズスクール)	23:00	

■ スタジオレッスンについて

- 全レッスン【WEB予約制】です。スタジオ予約システムにて事前にご登録の上、ご参加ください。
- 一部有料レッスン・体験レッスンは除く。※スタジオ予約システムのご利用には事前のご登録が必要となります。
- 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り異なります。

①メガロス会員 ②複数利用可能会員 12種 ※フルタイム会員/U38会員/U32会員/U25会員/パパママ会員(各24H会員含む) 8種  
③ ④-⑥以外の会員種別 6種

・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(編席の変更・キャンセル)は、レッスン開始30分前までです。

・スタジオの入場は、レッスン開始10分前からです。

・スタジオの入場時は、ごさいせん。開始時刻までにご入場ください。

・急な休講・変更の連絡がございます。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たメールアドレスへお知らせいたします。

・スケジュールは変更時やイベントにより変更となる場合がございます。会員ページの各種スケジュールにてご確認ください。

■ 映倫レッスンについて

- WEB予約は不要です。レッスン開始前までにスタジオにお越しください。
- 参加は先着順となります。

スタジオ予約システムのご利用ができない方の予約方法や、その他不明な点がございましたらキャンセルまでお問い合わせください。  
皆様が安心・安全にスタジオレッスンを楽しんでいただけるよう努めてまいります。ご理解・ご協力の程よろしくお願い致します。

■ ピンク色のプログラム ■  
初めての方でも安心してご参加いただけるクラスです。

■ 黄色色のプログラム ■  
時間変更、担当インストラクター変更、レッスンの変更があるクラスです。

■ 緑色のプログラム ■  
【参加対象】1年未満の方限定のクラスになります  
入会日から1年未満の方  
メガロス運動歴が1年未満の方  
例：2024年1月1日入会の場合  
⇒2024年12月1日開始のレッスン分まで参加可能です。