

2024/9

メガロス武蔵小金井スケジュール【改訂版】



Main schedule table with columns for Day (火曜日, 水曜日, 木曜日) and Venue (スタジオA, スタジオB, ホットスタジオ, アリーナ). Rows show time slots from 9:30 to 23:00 with class details like 'ZUMBA@GOLD', 'キッズ空手', and 'アリーナ開放'.

9/4.11.25(水)

9/3.10.17.24 (火)

こちらのクラスは入金日・メガロス運動歴が1年未満の方限定のクラスになります
【参加対象】
入金日から1年未満の方
例：2024年1月1日入会の場合
→2024年12月1日開始のレッスンを分まで参加可能です。

【登録制】
11:00-11:30
1.3週目ウォーキングサークル
2.4週目健康サークル
2階マルチルームで開催

【登録制】
12:00-12:30
1.3週目ランニングサークル
2.4週目ウォーキングサークル
2階マルチルームで開催

【登録制】
19:15-19:45
1.3週目ランニングサークル
2.4週目ウォーキングサークル

	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 ボディチューニング	[定員制 60名] 9:50-10:30 やすらぎヨガ 宮本 知子	リセルフ会員 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) キャスト 3歳~1年生	[定員制 60名] 9:55-10:40 ZUMBA® (45分クラス) 木村 貞由美	リセルフ会員 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 フラダンス ふじた サラ	リセルフ会員 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)	10:00	
10:30		[定員制 50名]			[定員制 40名] 10:55-11:25 ボディデザインピラティス 白山 貞由美	[定員制 44名] 10:55-11:25 やさしいバレエ KAKO	10:45-11:30 ホットスタイル ピラティス45 大山 幸子	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 ヒーリングアロマヨガ 岸川 ゆき	11:00-11:45 ホットスタイル ピラティス45 佐藤 嘉美	10:30-11:30 キッズテニス 2タイム (キッズスクール)	11:00
11:00	[映像 26名] 11:00-11:15 [VR]Group Fight	10:45-11:25 エンジョイアロ 宮本 知子		11:00-12:15 アリーナ開放 バドミントン	[定員制 40名] 11:45-12:15 ベルグウィグストレッチ 小松 明日美	[定員制 44名] 11:40-12:25 バレエ KAKO		11:30-12:30 キッズテニス 3タイム (キッズスクール)	[有料スクール] 11:40-12:10 ステップスクール30 前田 ゆきえ	※時間変更	11:30-12:30 キッズテニス 3タイム (キッズスクール)	11:30	
11:30	[映像 26名] 11:30-12:00 [VR]Group Blast	[定員制 60名] 11:40-12:10 Group Centergy 30 竹之下 礼子			[定員制 26名] 12:30-12:45 [VR]Group Blast	[定員制 60名]		12:30-13:30 ミライク キャスト 3歳~1年生	[定員制 26名] 12:30-13:00 ピキナークラス(Group Fight 30) 阿久津 暉	9/1.8.29(日)	12:15-13:15 ミライク (キッズスクール) キャスト 3歳~1年生	13:00-14:00 キッズテニス 4タイム (キッズスクール)	12:00
12:00	[定員制 26名] 12:15-13:00 フリースタイルNEXT ~HIP HOP~ かず	[定員制 35名] 12:30-13:00 TOBIPPA 竹之下 礼子	12:00-12:30 ホットヨーガベリック30 宮本 知子		[定員制 26名] 13:00-13:15 [VR]Group Fight	[定員制 26名] 13:00-13:45 [VR]Group Groove		14:00-14:50 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年少~年長	[有料スクール] 14:15-15:00 フリースタイルスクール DAISUKE		14:35-15:35 ミライク (キッズスクール) キャスト 年長~3年生	15:00-16:00 キッズテニス 6タイム (キッズスクール)	12:30
12:30		[定員制 50名]	9/6.13.20.27(金)		[映像 26名] 13:30-13:45 [VR]Group Groove	[登録制] 13:55-14:25 1.3週目ランニングサークル 2.4週目ウォーキングサークル	[定員制 10名] 13:55-14:15 ピキナークラス(VOLTBOX start 20) 勇 暉	[参加対象] 入会日から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。	[定員制 26名] 15:15-15:45 やさしいピラティス 西村 知里		15:30-16:15 ホットヨーガ 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)	13:00
13:00	[有料スクール] 13:15-14:15 フリースタイルイベント ~HIP HOP~ かず	[定員制 50名] 13:20-14:05 Group Groove 45 樋口 直哉			[定員制 24名] 14:00-15:10 バーニングアロ 石河 知可子	[女性限定][定員制 9名] 14:55-15:15 infinity kick20 勇 暉		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 やさしいピラティス 西村 知里		16:00-17:00 キッズテニス 7タイム (キッズスクール)	14:00	
13:30		[定員制 60名]			[定員制 26名] 15:25-16:10 バーニングステップ 石河 知可子	[定員制 35名] 15:45-16:15 ピキナークラス(TOBIPPA 30) 玉木 陽		16:00-16:50 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 アドバンスアロ 西村 知里		17:00-17:45 ホットヨーガ ウエストシェイプ45 平瀬 友貴	15:00	
14:00		[定員制 60名]			[映像 26名] 16:25-17:10 [VR]Group Fight 45	[定員制 50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 50名] 18:00-18:45 9/8・22 Group Fight 45 9/1・15・29 Group Blast 45 大山 祐季		17:30-18:30 ミライクラン (キッズスクール) キャスト	15:30	
14:30	[定員制 40名] 14:30-15:15 やさしいピラティス 西村 知里	ZUMBA®(45分クラス) 宮澤 好幸	14:35-15:20 ホットヨーガリセット 肩こり45 Nami	15:00-15:50 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年少~年長				16:30-17:15 ホットヨーガ ベリック45 勇 暉				16:00	
15:00		※担当者変更						17:00-17:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生				17:00	
15:30	[定員制 40名] 15:30-16:15 ヒーリングアロマヨガ 吉田 静枝							17:30-18:15 [VR]Group Power 45				17:30	
16:00								18:00-18:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生				18:00	
16:30												18:30	
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		17:00-17:55 キッズ体育 60 (キッズスクール) 年長~中学生								19:00	
17:30												19:30	
18:00												20:00	
18:30												20:30	
19:00												21:00	
19:30	[映像 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		19:00-20:30 体育 育成 (キッズスクール) 年長~中学生								21:30	
20:00												22:00	
20:30	[映像 26名] 20:10-20:25 [VR]Group Centergy 15	[定員制 35名] 20:40-21:10 [VR] Group Power30	20:30-21:15 ホットヨーガ リセット骨盤44 keiko									22:30	
21:00												23:00	
21:30	[映像 26名] 21:30-22:30 [LIVE LESSON] Group Groove 60	[定員制 60名] 21:40-22:25 Group Centergy 45 前 彩夏										23:00	

■ 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。

■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・映像レッスンは除く ※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って異なります。
- ①メガロスゴールド等、複数店舗利用可能会員 12枠 ②フルタイム会員/U38会員/U32会員/U25会員/ババママ会員(各24H会員含む) 8枠 ③①②以外の会員種別 6枠
- ・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(場所の変更・キャンセル)は、レッスン開始30分前までです。
- ・スタジオへの入場は、レッスン開始10分前からです。
- ・スタジオへの入場順は、ございません。開始時刻までにご入場ください。
- ・急な休講・変更の場合がございます。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ているアドレスへメールにてお知らせいたします。
- ・スケジュールは改正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。

■映像レッスンについて

- ・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、その他ご不明な点がございましたらキャストまでお尋ねください。皆様ご安心・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申し上げます。