

	金曜日			土曜日			日曜日			
	スタジオA	スタジオB	アリーナ	スタジオA	スタジオB	アリーナ	スタジオA	スタジオB	アリーナ	
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 27名] 9:50-10:20 MEGALOS ポディーチューニング	[定員制 60名] 9:50-10:30 やずちヨコガ 宮本 知子	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) 3歳~1年生	[定員制 60名] 9:55-10:40 ZUMBA@ (45分クラス) 木村 真由美	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 フラス30 神谷 泉央子	9:30-10:30 ミライク (キッズスクール) 年長~3年生	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 ポディデザインピラティス 白山 真由美	[定員制 44名] 10:55-11:25 やさしいバレエ 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 咲き	[定員制 60名] 10:45-11:30 ヒーリングアロマヨガ 岸川 咲き	10:30-11:30 キッズテニス 2タイム (キッズスクール)
11:00	[映像 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	11:30-12:30 REBORNS FIT スクール	[定員制 40名] 11:45-12:15 ヘルヴィックスストレッチ 小松 明日美	[定員制 44名] 11:40-12:25 バレエ K A K O	11:30-12:30 キッズテニス 3タイム (キッズスクール)			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] 12:40-13:25 Group Centergy 45 小松 明日美	12:30-13:30 ミライク (キッズスクール) 3歳~1年生	[定員制 26名] 12:30-13:00 ピョナークラス(Group Fight 30) 前 彩夏		
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	11/15.22.29(金)	[定員制 26名] 13:00-13:15 [VR]Group Fight	[定員制 26名] 13:25-14:45 VOLTBOX start 20 長橋 真里恵	14:00-14:15 [VR]Group Centergy	[定員制 26名] 13:15-14:00 フリースタイルASTAGE ~HIP HOP~ DAISUKE		12:15-13:15 ミライク (キッズスクール) 3歳~1年生	12:30
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		[映像 26名] 13:30-13:45 [VR]Group Groove	[定員制 24名] 14:25-14:45 VOLTBOX 20 長橋 真里恵	14:00-14:50 キッズ体育 (キッズスクール) 年少~年長	[定員制 26名] 14:15-15:00 フリースタイルスクール DAISUKE		13:00-14:00 キッズテニス 4タイム (キッズスクール)	13:00
13:30		[定員制 60名] 14:25-15:10 ZUMBA@ (45分クラス) 浅野 智子	11/15.22.29(金)	[定員制 26名] 15:00-15:30 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	[登録制] 15:00-15:30 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	15:00-15:50 キッズ体育 (キッズスクール) 年少~年長	[定員制 40名] 15:15-15:45 やさしいピラティス 西村 知里		14:00-15:00 キッズテニス 5タイム (キッズスクール)	14:30
14:00	[定員制 40名] 14:30-15:15 やさしいピラティス 西村 知里	[定員制 60名] 14:25-15:10 ZUMBA@ (45分クラス) 浅野 智子		[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] 16:00-16:30 TOBIPPA 30 樋口 直哉	16:00-16:55 キッズ体育 (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		14:35-15:35 ミライク (キッズスクール) 年長~3年生	15:00
14:30		[定員制 60名] 15:30-16:30 ジャストダンススクール 浅野 智子		[映像 26名] 16:25-17:10 [VR]Group Fight 45	[定員制 50名] 17:00-17:45 Group Groove 45 樋口 直哉	16:00-16:55 キッズ体育 (キッズスクール) 年長~中学生	[定員制 26名] 17:00-17:35 11/17 Group Power 45 11/24 Group Blast45 大山 祐季		15:00-16:00 キッズテニス 6タイム (キッズスクール)	15:30
15:00	[定員制 40名] 15:30-16:15 ヒーリングアロマヨガ 吉田 静枝	[定員制 60名] 15:30-16:30 ジャストダンススクール 浅野 智子		[映像 26名] 17:30-18:15 [VR]Group Power 45	[定員制 50名] 17:00-17:45 Group Groove 45 樋口 直哉	16:00-16:55 キッズ体育 (キッズスクール) 年長~中学生	[定員制 26名] 18:00-18:45 Group Fight 45 大山 祐季		14:35-15:35 ミライク (キッズスクール) 年長~3年生	16:00
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	[定員制 60名] 15:30-16:30 ジャストダンススクール 浅野 智子			[定員制 50名] 17:00-17:45 Group Groove 45 樋口 直哉	16:00-16:55 キッズ体育 (キッズスクール) 年長~中学生	[定員制 26名] 18:00-18:45 Group Fight 45 大山 祐季		15:00-16:00 キッズテニス 6タイム (キッズスクール)	16:30
16:00		[定員制 60名] 15:30-16:30 ジャストダンススクール 浅野 智子			[定員制 50名] 17:00-17:45 Group Groove 45 樋口 直哉	16:00-16:55 キッズ体育 (キッズスクール) 年長~中学生	[定員制 26名] 18:00-18:45 Group Fight 45 大山 祐季		16:00-17:00 キッズテニス 7タイム (キッズスクール)	17:00
16:30		[定員制 60名] 15:30-16:30 ジャストダンススクール 浅野 智子			[定員制 50名] 17:00-17:45 Group Groove 45 樋口 直哉	16:00-16:55 キッズ体育 (キッズスクール) 年長~中学生	[定員制 26名] 18:00-18:45 Group Fight 45 大山 祐季		16:50-17:35 11/17 Group Power 45 11/24 Group Blast45 大山 祐季	17:30
17:00		[定員制 60名] 15:30-16:30 ジャストダンススクール 浅野 智子			[定員制 50名] 17:00-17:45 Group Groove 45 樋口 直哉	16:00-16:55 キッズ体育 (キッズスクール) 年長~中学生	[定員制 26名] 18:00-18:45 Group Fight 45 大山 祐季		17:30-18:30 ミライクラン (キッズスクール)	18:00
17:30	17:00-18:00 ミライク (キッズスクール) 3歳~1年生	17:00-18:00 キッズ空手 (キッズスクール) 5歳~小学生	17:00-17:55 キッズ体育 (キッズスクール) 年長~中学生	[映像 26名] 17:30-18:15 [VR]Group Power 45	[定員制 50名] 17:00-17:45 Group Groove 45 樋口 直哉	17:00-17:55 キッズ体育 (キッズスクール) 年長~中学生	[定員制 26名] 18:00-18:45 Group Fight 45 大山 祐季			18:30
18:00		18:00-19:00 キッズ空手 (キッズスクール) 小学生~中学生	18:00-18:55 キッズ体育 (キッズスクール) 年長~中学生		[定員制 50名] 17:00-17:45 Group Groove 45 樋口 直哉	17:00-17:55 キッズ体育 (キッズスクール) 年長~中学生	[定員制 26名] 18:00-18:45 Group Fight 45 大山 祐季			19:00
18:30		18:00-19:00 キッズ空手 (キッズスクール) 小学生~中学生	18:00-18:55 キッズ体育 (キッズスクール) 年長~中学生		[定員制 50名] 17:00-17:45 Group Groove 45 樋口 直哉	17:00-17:55 キッズ体育 (キッズスクール) 年長~中学生	[定員制 26名] 18:00-18:45 Group Fight 45 大山 祐季			19:30
19:00	[登録制] 19:00-19:30 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		19:00-20:30 体育 育成 (キッズスクール) 年長~中学生		[定員制 50名] 20:00-20:30 Group Fight 30 前 彩夏					20:00
19:30			19:00-20:30 体育 育成 (キッズスクール) 年長~中学生		[定員制 50名] 20:00-20:30 Group Fight 30 前 彩夏					20:30
20:00	[映像 26名] 20:10-20:25 [VR]Group Centergy 15	[定員制 35名] 20:50-21:20 TOBIPPA 30 前 彩夏			[定員制 50名] 20:00-20:30 Group Fight 30 前 彩夏					21:00
20:30	[映像 26名] 20:40-21:10 [VR] Group Power30	[定員制 35名] 20:50-21:20 TOBIPPA 30 前 彩夏			[定員制 50名] 20:00-20:30 Group Fight 30 前 彩夏					21:30
21:00	[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			[定員制 50名] 20:00-20:30 Group Fight 30 前 彩夏					22:00
21:30		[定員制 60名] 21:40-22:25 Group Centergy 45 前 彩夏			[定員制 50名] 20:00-20:30 Group Fight 30 前 彩夏					22:30
22:00		[定員制 60名] 21:40-22:25 Group Centergy 45 前 彩夏			[定員制 50名] 20:00-20:30 Group Fight 30 前 彩夏					22:50
22:30		[定員制 60名] 21:40-22:25 Group Centergy 45 前 彩夏			[定員制 50名] 20:00-20:30 Group Fight 30 前 彩夏					23:00
22:50		[定員制 60名] 21:40-22:25 Group Centergy 45 前 彩夏			[定員制 50名] 20:00-20:30 Group Fight 30 前 彩夏					23:30
23:00		[定員制 60名] 21:40-22:25 Group Centergy 45 前 彩夏			[定員制 50名] 20:00-20:30 Group Fight 30 前 彩夏					23:59

■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。

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

■黄色のプログラム ■
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。

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/U39会員/U35会員/U29会員/パパママ会員(各24H会員含む) 8枠
③ ①・②以外会員種別 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。
- ・スタジオへの入場は、ごさいません。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て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たします。