

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
営業開始 9:30			営業開始 9:30			営業開始 9:30		
[定員制 27名] 9:50-10:20 MEGALOS ポテチチューニング	[定員制 60名] 9:50-10:30 キッズヨガ 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 貞由美	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 フラダンス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)
[映像 26名] 11:00-11:15 [VR]Group Fight	[定員制 50名] 10:45-11:25 エンジョイエアロ 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] 10:55-11:25 ポテチ中心ピラティス 白山 貞由美	[定員制 44名] 10:55-11:25 やさしいVUE 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 ヒーリングアロマヨガ 岸川 ゆき
[映像 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	12:30-13:00 フリースタイル/NEXT ~HIP HOP~ かず		[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 JALU 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 前田 ゆきえ	12/1.15.22(日)
[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		12/6.13.20.27(金)	12:30-13:30 ミライク (キッズスクール) 3歳~1年生	[定員制 60名] 12:40-13:25 Group Centery 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 ピチナークラス(Group Fight 30) 前 彩夏	12:15-13:15 ミライク (キッズスクール) 3歳~1年生
[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	12/6.13.20.27(金)		[映像 26名] 14:00-14:15 [VR]Group Centery	[女性限定][定員制 7名] 13:55-14:15 VOLTBOX start 20 程度 貞由美	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] 13:15-14:00 フリースタイルSTAGE ~HIP HOP~ DAISUKE	13:25-14:25 ミライク (キッズスクール) 3歳~1年生
[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		15:00-15:50 キッズ体育 (キッズスクール) 年少~年長	[定員制 24名] 14:40-15:10 バーンクエアロ 石河 知可子	[定員制 10名] 14:25-14:45 VOLTBOX 20 程度 貞由美	15:00-15:50 キッズ体育 (キッズスクール) 年長~中学生	[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) 年長~3年生
[定員制 40名] 15:30-16:15 ヒーリングアロマヨガ 吉田 静枝	[有料スクール] 15:30-16:30 ジャズダンススクール 浅野 智子	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] 15:25-16:10 バーンクエアロ 石河 知可子	[定員制 35名] 16:00-16:30 TOBIPPA 30 三田村 綾葉	16:00-16:55 キッズ体育 (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	[定員制 35名] 15:55-16:25 TOBIPPA 小山 華奈
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		16:20-19:00 スタジオ無料開放 ※ストレッチ以外の利用は ご遠慮ください。	[定員制 50名] 17:00-17:45 Group Groove 45 樋口 直哉	[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] 16:05-16:50 アドニスエアロ 西村 知里	16:50-17:35 12/1.15.29 Group Power 45 12/8.22 Group Blast45 大山 祐孝
[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	18:00-19:00 キッズ空手 (キッズスクール) 小学生~中学生	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] 20:10-20:25 [VR]Group Centery 15	[定員制 35名] 20:50-21:20 TOBIPPA 30 前 彩夏	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] 18:00-18:45 Group Fight 45 大山 祐孝	
[映像 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		21:30-22:30 LIVE LESSON Group Groove 60	[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			
[映像 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	【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

- ・全レッスンは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。
- ・レッスン予約必須期間は、21日先の同時期に終了するレッスン日までとなります。
- ・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/U39会員/U35会員/U29会員/バハマ会員(各244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。
※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、ご自身で、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致します。