

2025/中延店10周年記念GWイベント メガロス中延スケジュール (5/3~5/6)

■ 有料イベントに関して ■
詳しくは、別途詳細POPをご確認ください。

更新日
2025/3/30

	5/3 土曜日 (祝日)		5/4 日曜日 (祝日)		5/5 月曜日 (祝日)		5/6 火曜日 (祝日)	
	スタジオA	ホットスタジオ	スタジオA	ホットスタジオ	スタジオA	ホットスタジオ	スタジオA	ホットスタジオ
通常営業開始 7:00								
7:00								
7:30								
8:00								
8:30								
9:00								
9:30								
10:00								
10:30		10:00~10:30 ホットヨガリセット・冷え飲み30 松山 亜紀子		【定員制:20名】※低温 10:15~10:45 ホットヨガ・ウエストシェイプ30 齋藤こず恵	有料イベント【定員制:30名】 10:15~11:00 Group Fight 45 前彩夏	【定員制:20名】 10:10~10:40 ホットヨガ・ベシク30 相坂しのぶ		【定員制:20名】 10:20~10:50 ホットヨガ・ベシク30 田中麗紀
11:00		【定員制:20名】 10:50~11:20 ホットヨガ・ベシク30 松山 亜紀子	【定員制:30名】 10:50~11:35 Group Fight 45 村井一穂	【定員制:20名】 11:15~12:00 ホットヨガ・アドバンス45 齋藤こず恵	有料イベント【定員制:22名】 11:30~12:00 TOBIPPA 30 前彩夏	【定員制:20名】 11:15~12:00 ホットヨガ・ベシク30 相坂しのぶ	【定員制:30名】 11:15~12:00 ウォーカズム45 片山貴子	【定員制:20名】 11:15~11:45 ホットヨガ・パワーベシク30 代行予定
11:30	【定員制:30名】 11:35~12:05 Group Power 30 村井一穂	【定員制:20名】 11:50~12:20 ホットヨガ・アドバンス30 モニカ	【定員制:22名】 11:55~12:10 TOBIPPA 15 村井一穂		【定員制:30名】 12:25~12:55 Group Blast 30 進藤藍子		【定員制:20名】 12:15~12:45 ホットヨガ・ベシク30 モニカ	【定員制:20名】 12:05~12:35 ホットヨガリセット腰痛30 代行予定
12:00		【定員制:30名】 12:25~12:55 Group Blast 30 進藤藍子	【定員制:26名】 12:30~12:50 VOLTBOX20 小川由穂		【定員制:30名】 12:45~13:15 ホットヨガ・ベシク30 齋藤こず恵	【定員制:20名】 12:45~13:15 ホットヨガ・ベシク30 齋藤こず恵	【定員制:30名】 12:50~13:20 バーニングエアロ30 高木愛澄	【定員制:20名】 13:35~14:20 ホットスタジオピラティス45 進藤藍子
12:30		【定員制:30名】 13:15~14:00 Group Groove 45 進藤藍子	【定員制:20名】※中温 13:30~14:00 ピラティス30 進藤藍子	【定員制:20名】 13:40~14:10 ホットヨガ・ベシク30 福永恭子		【定員制:20名】 13:40~14:20 エンジョイエアロ40 高木愛澄	【定員制:30名】 13:40~14:20 エンジョイエアロ40 高木愛澄	
13:00		【定員制:30名】 14:20~15:05 ホットベルフィットストレッチ45 進藤藍子	【定員制:20名】※中温 14:20~15:05 ホットベルフィットストレッチ45 進藤藍子	【定員制:20名】 14:40~15:10 ホットヨガ・アドバンス30 福永恭子		【定員制:20名】 15:10~15:55 ZUMBA(45分クラス) 小松真太郎	【定員制:20名】 15:10~15:55 ZUMBA(45分クラス) 小松真太郎	
13:30				【定員制:20名】 16:40~17:10 ホットヨガ・ベシク30 持田寛枝				
14:00	有料イベント【定員制:21名】 14:20~14:50 TOBIPPA 30 坂本美祐 & 佐々木悠			【定員制:20名】 ※女性専用※15:40~16:10 ホットヨガリセット 骨盤30 持田寛枝				
14:30				【定員制:20名】 16:40~17:10 ホットヨガ・ベシク30 持田寛枝				
15:00								
15:30	無料イベント【定員制:29名】 15:30~16:00 Group Fight 30 佐々木悠 with 坂本美祐							
16:00								
16:30								
17:00								
17:30								
18:00								
18:30								
19:00								
19:30								
20:00								
20:30								
21:00								
21:30								
22:00								
22:30								
23:00								
23:30								

祝日の為、【映像】クラス休講

祝日の為、18:00以降のクラスはございません。
※各スクールの実施につきましてはスクールカレンダーをご確認ください。

- 初めての方も安心してご参加できるクラス
- 女性専用クラス
- バーチャル【映像】レッスン
- 有料イベント
- 登録者限定スクールクラス
- ホットスタジオフリー利用時間

スタジオ予約について
<全レッスンWEB予約制>
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
<運用ルール>
・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。
・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、Aスタジオはレッスン開始10分前から、ホットスタジオはレッスン開始5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。
<その他>
・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。

通常営業終了 23:30 ※セキュリティカードをお持ちの方は、マシンジムのみ24時間ご利用いただけます。

ロッカールーム・お風呂・契約ロッカー・2Fラウンジご利用は23:30までです。お時間までにご退室をお願いいたします。(23:30以降のご利用にはセキュリティカードが必要です。)