

2026/8

メガロス相模大野スタジオスケジュール

※7/8更新



店舗情報		
■営業時間	月曜日～金曜日	8:30-23:00
	土曜日	8:30-21:00
	日曜日・祝日	8:30-20:00
■休館日	毎週火曜日、夏期、年末年始	

MEGALOS SAGAMIONO Time Line For Studio

	月曜日			水曜日			木曜日			金曜日				土曜日			日曜日												
	スタジオA	スタジオB	アフタースクール	スタジオA	スタジオB	アフタースクール	スタジオA	スタジオB	アフタースクール	スタジオA	スタジオB	Reflet studio	アフタースクール	スタジオA	スタジオB	アフタースクール	スタジオA	スタジオB	Reflet studio	アフタースクール									
8:30	チェックイン 8:30			チェックイン 8:30			チェックイン 8:30			チェックイン 8:30				チェックイン 8:30			チェックイン 8:30				8:30								
9:00	卓球フリー 8:30-9:30	【予約不要】 ラジオ体操 9:15-9:30	卓球フリー 8:30-11:00	卓球フリー 8:30-9:30	【予約不要】 ラジオ体操 9:15-9:30	卓球フリー 8:30-11:00	卓球フリー 8:30-9:30	【予約不要】 ラジオ体操 9:15-9:30	卓球フリー 8:30-11:00	卓球フリー 8:30-9:30	【予約不要】 ラジオ体操 9:15-9:30		卓球フリー 8:30-11:00	キッズスクール ミライク 8:00-9:00 ジュニア	キッズスクール ミライク 8:00-9:00 キッズ1・2	卓球フリー 8:30-10:30	キッズスクール ミライク 8:00-9:00 RUN	キッズスクール ミライク 8:00-9:00 ジュニア		卓球フリー 8:30-10:30	香・夏・冬休みの 期間は閉館。 また体育授業等に伴い 閉館となる 可能性があります。	9:00							
9:30																				キッズスクール ミライクダンス 9:00-10:00 ジュニア		キッズスクール ミライク 9:00-10:00 キッズ2	キッズスクール ミライク 9:00-10:00 キッズ1・2	9:30					
10:00	ZUMBA 9:45-10:30 小林亜紀恵	太極拳 9:45-10:30 品		香・夏・冬休みの 期間は閉館。 また体育授業等に伴い 閉館となる 可能性があります。	エンジョイ エアロ 9:45-10:15 鈴木宏亮		【WEB予約・定員35名】 ルフレ枠5名 やすらぎ ヨーガ 10:00-10:45 澤谷美和	ラテンバシオン 9:45-10:30 花村理恵		Group Centergy 9:45-10:15 飯島美紀	香・夏・冬休みの 期間は閉館。 また体育授業等に伴い 閉館となる 可能性があります。			太極拳 9:45-10:30 河原佳久	やさしい ピラティス 9:45-10:30 盛岡尚美		キッズスクール ミライクダンス 10:00-11:00 キッズ	キッズスクール ミライク 10:00-11:00 キッズ1		キッズスクール ミライク 10:00-11:00 RUN		キッズスクール ミライク 10:00-11:00 ジュニア	【有料登録制】 ホットヨーガ 10:00-10:45 玉木ひとみ	香・夏・冬休みの 期間は閉館。 また体育授業等に伴い 閉館となる 可能性があります。	10:00				
10:30			香・夏・冬休みの 期間は閉館。 また体育授業等に伴い 閉館となる 可能性があります。	バーニング エアロ 10:30-11:15 鈴木宏亮		【WEB予約・定員60名】		【有料登録制】			【WEB予約・定員60名】	【有料登録制】	【有料登録制】	キッズスクール ミライク 11:00-12:00 RUN	キッズスクール ミライク 11:00-12:00 ジュニア	※8/8、15(土) の スケジュールは 別途ルフレ スケジュール をご覧ください	キッズスクール ミライク 10:00-11:00 RUN	キッズスクール ミライク 10:00-11:00 ジュニア	※8/9、16(日) の スケジュールは 別途ルフレ スケジュール をご覧ください	香・夏・冬休みの 期間は閉館。 また体育授業等に伴い 閉館となる 可能性があります。	10:30								
11:00	エンジョイ エアロ 10:45-11:30 小林亜紀恵	ヴォーカリズム 10:45-11:30 福岡純子							トラディショナル ヨーガ 10:45-11:30 中原邦子					やすらぎ ヨーガ 10:45-11:30 盛岡尚美	太極拳 スクール 60 10:45-11:45 河原佳久		キッズスクール ミライク 11:00-12:00 RUN	キッズスクール ミライク 11:00-12:00 ジュニア			キッズスクール ミライク 11:00-12:00 ジュニア	キッズスクール ミライク 11:00-12:00 ジュニア	11:00						
11:30																												11:30	
12:00	リトモス 12:00-12:45 長沼淳子	トラディショナル ヨーガ 12:00-12:45 MAKIE	【有料登録制】	MEGADANZ 11:30-12:15 鈴木宏亮		【WEB予約・定員40名】	やさしい ピラティス 11:45-12:30 飯島美紀	【有料登録制】	ジャズダンス NEXT 12:05-12:50 前恵治	Group Centergy 12:05-12:50 天野陽司	【WEB予約・定員60名】	【WEB予約・定員35名】	キッズスクール ミライク 11:00-12:00 RUN	キッズスクール ミライク 11:00-12:00 ジュニア	※8/8、15(土) の スケジュールは 別途ルフレ スケジュール をご覧ください	キッズスクール ミライク 11:00-12:00 ジュニア	キッズスクール ミライク 11:00-12:00 ジュニア	※8/9、16(日) の スケジュールは 別途ルフレ スケジュール をご覧ください	香・夏・冬休みの 期間は閉館。 また体育授業等に伴い 閉館となる 可能性があります。	12:00									
12:30																					キッズスクール ミライク 11:00-12:00 RUN	キッズスクール ミライク 11:00-12:00 ジュニア	キッズスクール ミライク 11:00-12:00 ジュニア	キッズスクール ミライク 11:00-12:00 ジュニア	12:30				
13:00																											13:00		
13:30	Group Groove 13:05-13:50 神野彪綺	エンジョイ エアロ 13:05-13:50 幸田倫史	【シニア向けスクール】 REBORNS FIT 60 12:30-13:30 大久保東	Group Power 12:30-13:15 大久保東	トラディショナル ヨーガ 12:25-13:10 田中江里香	【有料登録制】	リトモス 12:45-13:30 HONA	8/6(木)実施 ルフレ会員限定クラス	ジャズダンス スクール 60 13:05-14:05 前恵治	フラダンス 13:05-13:50 chie	【WEB予約・定員60名】	【WEB予約・定員35名】	キッズスクール ミライク 11:00-12:00 RUN	キッズスクール ミライク 11:00-12:00 ジュニア		キッズスクール ミライク 11:00-12:00 ジュニア	キッズスクール ミライク 11:00-12:00 ジュニア			13:30									
14:00																										14:00			
14:30																										14:30			
15:00			1・3週目 ランニング 2・4週目 クォーキング	Group Groove 13:35-14:20 大久保東	Dance School60 13:30-14:30 鈴木 宏亮	【WEB予約・定員60名】	フラダンス 14:45-15:30 清水祐紀風	【WEB予約・定員30名】	MEGADANZ 15:15-16:00 紗綾	グループファイト 14:45-15:30 村田亜弥	【WEB予約・定員60名】	【WEB予約・定員35名】	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ2	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ1・2		※8/8、15(土) の スケジュールは 別途ルフレ スケジュール をご覧ください	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ2			キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ1・2	※8/9、16(日) の スケジュールは 別途ルフレ スケジュール をご覧ください	香・夏・冬休みの 期間は閉館。 また体育授業等に伴い 閉館となる 可能性があります。	15:00						
15:30																													15:30
16:00																													16:00
16:30			キッズスクール ミライクダンス 16:15-17:15 キッズ	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ2	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ2	【WEB予約・定員60名】	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	【WEB予約・定員35名】	グループファイト 15:15-16:00 万里	グループファイト 15:15-16:00 万里	【WEB予約・定員60名】	【WEB予約・定員35名】	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ1・2	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ1・2			キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ1・2			キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ1・2			16:30						
17:00																													17:00
17:30																													17:30
18:00			キッズスクール ミライクダンス 17:15-18:15 ジュニア	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	【WEB予約・定員60名】	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	【WEB予約・定員35名】	グループファイト 15:15-16:00 万里	グループファイト 15:15-16:00 万里	【WEB予約・定員60名】	【WEB予約・定員35名】	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア			キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア			キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア			18:00						
18:30																													18:30
19:00																													19:00
19:30			8/10(月)実施 ルフレ会員限定クラス	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ2	【WEB予約・定員35名】 ルフレ枠15名	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	【WEB予約・定員35名】 ルフレ枠15名	グループファイト 15:15-16:00 万里	グループファイト 15:15-16:00 万里	【WEB予約・定員60名】	【WEB予約・定員35名】	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア			キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア			キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア			19:30						
20:00																													20:00
20:30																													20:30
21:00			8/10(月)実施 ルフレ会員限定クラス	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ2	【WEB予約・定員35名】 ルフレ枠15名	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	【WEB予約・定員35名】 ルフレ枠15名	グループファイト 15:15-16:00 万里	グループファイト 15:15-16:00 万里	【WEB予約・定員60名】	【WEB予約・定員35名】	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア			キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア			キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア			21:00						
21:30																													21:30
22:00																													22:00
22:30			8/10(月)実施 ルフレ会員限定クラス	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ2	【WEB予約・定員35名】 ルフレ枠15名	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	【WEB予約・定員35名】 ルフレ枠15名	グループファイト 15:15-16:00 万里	グループファイト 15:15-16:00 万里	【WEB予約・定員60名】	【WEB予約・定員35名】	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア			キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア			キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア			22:30						
23:00																													23:00
23:30																													23:30
24:00			8/10(月)実施 ルフレ会員限定クラス	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ2	【WEB予約・定員35名】 ルフレ枠15名	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	【WEB予約・定員35名】 ルフレ枠15名	グループファイト 15:15-16:00 万里	グループファイト 15:15-16:00 万里	【WEB予約・定員60名】	【WEB予約・定員35名】	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア			キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア			キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア			24:00						
24:30																													24:30
25:00																													25:00
25:30			8/10(月)実施 ルフレ会員限定クラス	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ2	【WEB予約・定員35名】 ルフレ枠15名	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	【WEB予約・定員35名】 ルフレ枠15名	グループファイト 15:15-16:00 万里	グループファイト 15:15-16:00 万里	【WEB予約・定員60名】	【WEB予約・定員35名】	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア		キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	25:30											
26:00																										26:00			
26:30																										26:30			
27:00			8/10(月)実施 ルフレ会員限定クラス	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ2	【WEB予約・定員35名】 ルフレ枠15名	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	【WEB予約・定員35名】 ルフレ枠15名	グループファイト 15:15-16:00 万里	グループファイト 15:15-16:00 万里	【WEB予約・定員60名】	【WEB予約・定員35名】	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア		キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	27:00											
27:30																										27:30			
28:00																										28:00			
28:30			8/10(月)実施 ルフレ会員限定クラス	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ2	【WEB予約・定員35名】 ルフレ枠15名	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	【WEB予約・定員35名】 ルフレ枠15名	グループファイト 15:15-16:00 万里	グループファイト 15:15-16:00 万里	【WEB予約・定員60名】	【WEB予約・定員35名】	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	28:30												
29:00																							29:00						
29:30																							29:30						
30:00			8/10(月)実施 ルフレ会員限定クラス	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ2	【WEB予約・定員35名】 ルフレ枠15名	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	【WEB予約・定員35名】 ルフレ枠15名	グループファイト 15:15-16:00 万里	グループファイト 15:15-16:00 万里	【WEB予約・定員60名】	【WEB予約・定員35名】	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	30:00												
30:30																							30:30						
31:00																							31:00						
31:30			8/10(月)実施 ルフレ会員限定クラス	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ2	【WEB予約・定員35名】 ルフレ枠15名	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	【WEB予約・定員35名】 ルフレ枠15名	グループファイト 15:15-16:00 万里	グループファイト 15:15-16:00 万里	【WEB予約・定員60名】	【WEB予約・定員35名】	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	キッズスクール ミライク 17:15-18:15 ジュニア	31:30												
32:00																							32:00						
32:30																							32:30						
33:00			8/10(月)実施 ルフレ会員限定クラス	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ	キッズスクール ミライク 16:15-17:15 キッズ2	【WEB予約・定員35名】 ルフレ枠15名																							

メガロスフレ相模大野スケジュール ※7/8更新

MEGALOS_Reflet

	8/5（水）		8/6（木）		8/7（金）		8/8（土）		8/9（日）		8/10（月）		8/15(土)		8/16（日）		8/18（火）		8/25（火）	
	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	スタジオB	アフタースクール	スタジオA	アフタースクール	スタジオA	スタジオB	スタジオB	アフタースクール	スタジオA	アフタースクール	ルフレストudio		ルフレストudio	
	チェックイン 8：30		チェックイン 8：30		チェックイン 8：30		チェックイン 8：30		チェックイン 8：30		チェックイン 8：30		チェックイン 8：30		チェックイン 8：30		チェックイン 10：00		チェックイン 10：00	
9:00																				
9:30																				
10:00		【定員 5名】 やすらぎ ヨガ 10:00-10:45 澤谷美和														【定員12名】 パワーヨーガ 10:15-11:00 玉木ひとみ		【定員23名】 ホットストレッチ 10:30-11:00 飯島美紀	マシンプラティス Total Basic45 11:00-11:45 村田聖弥	
10:30																【定員12名】 ボディデザイン ピラティス 11:15-12:00 山岸厚子	【定員20名】 ホットスタイルピラティス 11:30-12:15 飯島美紀	【定員12名】		
11:00																			マシンプラティス waist45 12:00-12:45 長野奈々	
11:30			【定員 5名】 やさしいピラティス 11:45-12:30 飯島美紀															【定員23名】 ホットヨーガ・ベアシック 12:45-13:30 ゆき	【定員12名】 マシンプラティス Total Basic45 13:00-13:45 長野奈々	
12:00																				
12:30																				
13:00																				
13:30																				
14:00				【定員35名】 Group Centerry 13:45-14:30 神野彪綺																
14:30																				
15:00																				
15:30																				
16:00																				
16:30																				
17:00																				
17:30																				
18:00																				
18:30																				
19:00																				
19:30	【定員 5名】 TOBIPPA 19:35-20:05 綿貫真鈴	【定員 15名】 トラディショナル ヨーガ 19:30-20:15 盛岡尚美	【定員 5名】 TOBIPPA 19:30-20:00 小倉実		【定員 5名】 VOLTBOX 19:25-19:55 白沢翔太	【定員 15名】 やすらぎヨーガ 19:30-20:00 きよみ														
20:00																				
20:30		【定員 15名】 ピラティス30 20:35-21:05 盛岡尚美																		
21:00																				
21:30																				
22:00																				
	チェックアウト 23：00										チェックアウト 23：00									