

9月21日(月・祝)スタジオスケジュール
メガロス相模大野

店舗情報			
■営業時間		月曜日～金曜日	8:30-23:00(受付時間11:00-20:00)
		土曜日	8:30-21:00(受付時間10:00-18:00)
		日曜日・祝日	8:30-20:00(受付時間10:00-18:00)
■休館日		毎週火曜日、夏期、年末年始	

MEGALOS SAGAMIONO Time Line For Studio						
	2026年 9月21日 (月・祝)					
	スタジオA	スタジオB	Refle Studio	アフタールーム	プール	
8:30	チェックイン 8 : 30					8:30
9:00	卓球フリー 8 : 30-9 : 30	【WEB予約・定員35名】		卓球フリー 8 : 30-10 : 30		9:00
9:30	【WEB予約・定員60名】					9:30
10:00	ZUMBA 9 : 45-10 : 30 小林亜紀恵	太極拳 9 : 45-10 : 30 晶	【WEB予約・定員23名】 ホットヨーガ・ベーシック30 11 : 00-11 : 30 ゆき			10:00
10:30	【WEB予約・定員60名】	【WEB予約・定員35名】				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		【有料登録制】 【シニア向けスクール】 REBORNS FIT 60 12 : 30-13 : 30 大久保東	REBORNS SWIM 12 : 00-13 : 00 有料・登録制	11:00
11:30						11:30
12:00	【WEB予約・定員60名】	【WEB予約・定員35名】	【WEB予約・定員23名】	【無料登録制】 ランニングサークル 13 : 45-14 : 15 白沢翔太	スイムスクール (初級) 13 : 00-14 : 00 有料・登録制	12:00
12:30	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	ホットヨーガ・ベーシック45 12:00-12:45 ゆき			12:30
13:00	【WEB予約・定員60名】	【WEB予約・定員30名】		【WEB予約・定員12名】	スイムスクール (中上級) 14 : 00-15 : 00 有料・登録制	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				13:30
14:00	【WEB予約・定員40名】	【WEB予約・定員25名】	マシンピラティス Total Basic45 13:45-14:30 鈴木海和子	【WEB予約・定員12名】	<キッズスクール> ジュニア 1 16 : 15-17 : 15	14:00
14:30	Group Power 14 : 10-14 : 55 神野彪綺	バーニング ステップ 14 : 05-14 : 50 幸田倫史				14:30
15:00	【WEB予約・定員40名】	【WEB予約・定員30名】	マシンピラティスBack & Arms45 14:45-15:30 鈴木海和子	【WEB予約・定員12名】	<キッズスクール> ジュニア 2 17 : 15-18 : 15	15:00
15:30	Group Blast 15 : 15-16 : 00 神野彪綺	アドバンス エアロ 15 : 05-15 : 50 幸田倫史				15:30
16:00				【WEB予約・定員12名】	<キッズスクール> ジュニア 3 18 : 15-19 : 15	16:00
16:30	【有料イベント:定員40名】 16:30~17:30 Group Fight60 都築・神野	キッズスクール ミライクダンス 16 : 15-17 : 15 キッズ	マシンピラティス Hip & Legs45 16:30-17:15 玉木ひとみ			16:30
17:00				【WEB予約・定員12名】	<キッズスクール> ジュニア 2 17 : 15-18 : 15	17:00
17:30	【有料イベント:定員40名】	キッズスクール ミライクダンス 17 : 15-18 : 15 ジュニア	マシンピラティス Total Advance45 17:30-18:15 玉木ひとみ			17:30
18:00	18:00~19:00 Group Centergy60 都築・神野			強度★★★★ ダイナミックな動きで、 効率的にカラダのバランスを整え よりしなやかで美しいボディラインを 目指すプログラム	<キッズスクール> ジュニア 3 18 : 15-19 : 15	18:00
18:30						18:30
19:00						19:00
19:30						19:30
20:00	マシンジム・プール利用時間は 19 : 50 まで 施設閉館時間 20 : 00					20:00

強度★★★★
ダイナミックな動きで、
効率的にカラダのバランスを整え
よりしなやかで美しいボディラインを
目指すプログラム