

9月23日(水・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23日 (水・祝)                            |                                             |                                                                                                                                  |                         |                                           |       |
|                                        | スタジオA                                       | スタジオB                                       | Refle Studio                                                                                                                     | アフタースクール                | プール                                       |       |
| 8:30                                   | チェックイン 8 : 30                               |                                             |                                                                                                                                  |                         |                                           | 8:30  |
| 9:00                                   | 卓球フリー<br>8 : 30-9 : 30                      |                                             |                                                                                                                                  | 卓球フリー<br>8 : 30-10 : 30 |                                           | 9:00  |
| 9:30                                   | 【WEB予約・定員60名】                               |                                             |                                                                                                                                  |                         |                                           | 9:30  |
| 10:00                                  | エンジョイ<br>エアロ<br>9 : 45-10 : 15<br>鈴木宏亮      |                                             |                                                                                                                                  |                         |                                           | 10:00 |
| 10:30                                  | 【WEB予約・定員60名】                               | やすらぎ<br>ヨーガ<br>10 : 00-10 : 45<br>澤谷美和      | 【WEB予約・定員23名】<br>ホットヨーガ・<br>ベーシック<br>11 : 00-11 : 30<br>澤谷美和                                                                     |                         | アクアダンス<br>10 : 45-11 : 15<br>増田祥子         | 10:30 |
| 11:00                                  | バーニング<br>エアロ<br>10 : 30-11 : 15<br>鈴木宏亮     |                                             |                                                                                                                                  |                         |                                           | 11:00 |
| 11:30                                  | 【WEB予約・定員60名】                               | ベビースクール<br>ミライク<br>11 : 00-12 : 00          |                                                                                                                                  |                         |                                           | 11:30 |
| 12:00                                  | MEGADANZ<br>11 : 30-12 : 15<br>鈴木宏亮         |                                             | 【WEB予約・定員23名】                                                                                                                    |                         | REBORNS SWIM<br>11 : 20-12 : 20<br>有料・登録制 | 12:00 |
| 12:30                                  | 【WEB予約・定員40名】                               | 【WEB予約・定員35名】                               | ホットヨーガ・<br>ウエストシェイプ<br>12 : 00-12 : 30<br>澤谷美和                                                                                   |                         |                                           | 12:30 |
| 13:00                                  | Group Power<br>12 : 30-13 : 15<br>大久保東      | トラディショナル<br>ヨーガ<br>12 : 25-13 : 10<br>田中江里香 |                                                                                                                                  |                         | マスターズサークル<br>12 : 30-13 : 30              | 13:00 |
| 13:30                                  | 【WEB予約・定員60名】                               |                                             | 【WEB予約・定員23名】<br>ホットヨーガ・<br>ベーシック<br>13 : 30-14 : 15<br>田中江里香                                                                    |                         | <キッズスクール><br>キッズ<br>15 : 00-16 : 15       | 13:30 |
| 14:00                                  | Group Groove<br>13 : 35-14 : 20<br>大久保東     |                                             |                                                                                                                                  |                         |                                           | 14:00 |
| 14:30                                  | 【WEB予約・定員60名】                               |                                             | 【無料イベント】<br>Pilates & Coffee<br>～整えたカラダに、ほっとひと息～<br>(マシンピラティス Waist45)<br>14 : 45-15 : 40<br>綿貫・今井<br>※詳細は別途館内POPにて<br>ご案内いたします。 |                         |                                           | 14:30 |
| 15:00                                  | バレエ<br>～バーレッス～<br>14 : 40-15 : 10<br>加藤美音   | ZUMBA<br>14 : 45-15 : 30<br>HONA            | マシンプラティス<br>Total Basic45<br>17 : 15-18 : 00<br>ゆき                                                                               |                         | <キッズスクール><br>ジュニア1<br>16 : 15-17 : 15     | 15:00 |
| 15:30                                  | 【WEB予約・定員60名】                               |                                             |                                                                                                                                  |                         |                                           | 15:30 |
| 16:00                                  | バレエ<br>15 : 25-15 : 55<br>加藤美音              |                                             |                                                                                                                                  |                         |                                           | 16:00 |
| 16:30                                  | キッズバレエ①<br>16:10-17:10                      | キッズスクール<br>ミライク<br>16 : 15-17 : 15<br>キッズ2  | 【WEB予約・定員12名】                                                                                                                    |                         | <キッズスクール><br>ジュニア2<br>17 : 15-18 : 15     | 16:30 |
| 17:00                                  |                                             |                                             |                                                                                                                                  |                         |                                           | 17:00 |
| 17:30                                  | キッズバレエ②<br>17:10-18:10                      | キッズスクール<br>ミライク<br>17 : 15-18 : 15<br>ジュニア  |                                                                                                                                  |                         |                                           | 17:30 |
| 18:00                                  |                                             |                                             | 【WEB予約・定員12名】                                                                                                                    |                         | <キッズスクール><br>ジュニア3<br>18 : 15-19 : 15     | 18:00 |
| 18:30                                  | キッズバレエ③<br>18:10-19:10                      |                                             | マシンプラティス<br>Back&Arms45<br>18 : 20-19 : 05<br>ゆき                                                                                 |                         |                                           | 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<br>施設閉館時間 20 : 00 |                                             |                                                                                                                                  |                         |                                           | 20:00 |