

2025年10月度～2026年3月度
いちねんサポートプログラム

10月度	祝日：10/13						
曜日	日	月	火	水	木	金	土
スクール				1	2	3	4
週目				1週目	1週目	1週目	1週目
行事							
スクール	5	6	7	8	9	10	11
週目	1週目	1週目		2週目	2週目	2週目	2週目
行事							
スクール	12	13	14	15	16	17	18
週目	2週目	2週目		3週目	3週目	3週目	3週目
行事							
スクール	19	20	21	22	23	24	25
週目	3週目	3週目		4週目	4週目	4週目	4週目
行事							
スクール	26	27	28	29	30	31	
週目	4週目	4週目	休講日	休講日	休講日		
行事							
スクール							
週目							
行事							

11月度	祝日：11/3、24						
曜日	日	月	火	水	木	金	土
スクール							1
週目							1週目
行事							
スクール	2	3	4	5	6	7	8
週目	1週目	1週目		1週目	1週目	1週目	2週目
行事							
スクール	9	10	11	12	13	14	15
週目	2週目	2週目		2週目	2週目	2週目	3週目
行事							
スクール	16	17	18	19	20	21	22
週目	3週目	3週目		3週目	3週目	3週目	4週目
行事							
スクール	23	24	25	26	27	28	29
週目	4週目	4週目		4週目	4週目	4週目	休講日
行事							
スクール	30						
週目	休講日						
行事							

12月度							
曜日	日	月	火	水	木	金	土
スクール		1	2	3	4	5	6
週目		1週目		1週目	1週目	1週目	1週目
行事							
スクール	7	8	9	10	11	12	13
週目	1週目	2週目		2週目	2週目	2週目	2週目
行事							
スクール	14	15	16	17	18	19	20
週目	2週目	3週目		3週目	3週目	3週目	3週目
行事							
スクール	21	22	23	24	25	26	27
週目	3週目	4週目		4週目	4週目	4週目	4週目
行事							
スクール	28	29	30	31			
週目	4週目	休講日	休講日				
行事							
スクール							
週目							
行事							

1月度	祝日：1/1、12						
曜日	日	月	火	水	木	金	土
スクール					1	2	3
週目					休講日	休講日	休講日
行事							
スクール	4	5	6	7	8	9	10
週目	1週目	1週目		1週目	1週目	1週目	1週目
行事							
スクール	11	12	13	14	15	16	17
週目	2週目	2週目		2週目	2週目	2週目	2週目
行事							
スクール	18	19	20	21	22	23	24
週目	3週目	3週目		3週目	3週目	3週目	3週目
行事							
スクール	25	26	27	28	29	30	31
週目	4週目	4週目		4週目	4週目	4週目	4週目
行事							
スクール							
週目							
行事							

2月度	祝日：2/11、23						
曜日	日	月	火	水	木	金	土
スクール	1	2	3	4	5	6	7
週目	1週目	1週目		1週目	1週目	1週目	1週目
行事							
スクール	8	9	10	11	12	13	14
週目	2週目	2週目		2週目	2週目	2週目	2週目
行事							
スクール	15	16	17	18	19	20	21
週目	3週目	3週目		3週目	3週目	3週目	3週目
行事							
スクール	22	23	24	25	26	27	28
週目	4週目	4週目		4週目	4週目	4週目	4週目
行事							
スクール							
週目							
行事							

3月度	祝日：3/20						
曜日	日	月	火	水	木	金	土
スクール	1	2	3	4	5	6	7
週目	1週目	1週目		1週目	1週目	1週目	1週目
行事							
スクール	8	9	10	11	12	13	14
週目	2週目	2週目		2週目	2週目	2週目	2週目
行事							
スクール	15	16	17	18	19	20	21
週目	3週目	3週目		3週目	3週目	3週目	3週目
行事							
スクール	22	23	24	25	26	27	28
週目	4週目	4週目		4週目	4週目	4週目	4週目
行事							
スクール	29	30	31				
週目	休講日	休講日	休講日				
行事							
スクール							
週目							
行事							

■参加方法	
スタート 1ヶ月目	1ヶ月目はスタートクラスに参加いただけます 【集合】 マシジウムカウンター前に開始時刻までにお集まりください。 【予約変更】 入会時登録したクラスに4回分予約を登録してあります。 参加クラスを変更する場合は、アプリ(まいMEGAネット)にて、 予約の変更をお願いいたします。 ※初回登録分の予約取消→参加希望日時時のクラスを予約 ※予約の変更は何回でも可能です(無料)
アドバンス 2ヶ月目以降	2ヶ月目以降はアドバンスクラスにご参加いただけます。 【集合】 マシジウムカウンター前に開始時刻までにお集まりください。 【予約】 アプリ(まいMEGAネット)にて、参加希望クラスへの事前予約登録 をお願いいたします。 ※予約の変更、取消は何回でも可能です(無料) ※月何回でも参加いただけます。

- 服装、持ち物
運動に適した服装、シューズでご参加ください。タオル、お飲み物をご持参ください。
- 祝日の時間変更
カレンダー上で祝日表記がある日程は、実施時間が以下の通りに変更となります。
【平日夜】 19：00～開始 ⇒ 16：00～開始
20：00～開始 ⇒ 17：00～開始
21：00～開始 ⇒ 18：00～開始
- ご案内
開始時刻に遅れた場合でもクラスの終了時間までのご案内となります。
担当キャストが変更になる場合は、事前にお知らせします。
やむを得ず休講となる場合がございます。

メガロス鷺沼
【受付時間】 平日(月、水～金) 11:00～20:00
土日祝 10:00～18:00
【電話番号】 044-870-0300