

2026.6 メガロス鷲沼スケジュール



■ 休館日
毎週火曜日、夏期、年末年始

時間	月曜日				水曜日				木曜日			
	スタジオA	スタジオB	ホットヨーガ	プール	スタジオA	スタジオB	ホットヨーガ	プール	スタジオA	スタジオB	ホットヨーガ	プール
8:00	24時間プラン会員様 お風呂・ロッカーームの利用 8:00~											
8:30	24時間プラン会員様以外 利用可能時間 9:30~											
9:00	24時間プラン会員様以外 利用可能時間 9:30~											
9:30	24時間プラン会員様以外 利用可能時間 9:30~											
10:00	【定員制 50名】 10:15-11:00 ZUMBA 小山西里子	【定員制 30名】 10:10-10:55 ベルヴィックスストレッチ 遠藤孝子			【定員制 43名】 10:00-10:45 トラディショナルヨーガ 松尾洋一郎	【定員制 35名】 10:05-10:45 エンジョアプロ izumi			【定員 60名】 10:30-11:00 アクアシェイプ30 早川陽佑	【定員制 43名】 10:30-11:15 フラダンス 紗綾	【定員制 30名】 10:15-11:00 トラディショナルヨーガ 田中江里香	
10:30												
11:00	【定員制 50名】 11:15-12:00 ZUMBA 小山西里子	【定員制 30名】 11:10-11:55 ビューティローピラティス 遠藤孝子		【定員 60名】 11:10-11:40 Liquid YOGA Latin30 飯島美紀	【定員制 50名】 11:00-11:30 ホルトブラ 早川第一	【定員制 30名】 11:00-11:30 やらしい水極拳 阿部利香	【ルレ会員限定 定員制8名】 11:00-11:45 ホットヨーガ ベシック45 izumi	【定員 60名】 11:10-11:40 アクアアクトレス30 早川陽佑	【定員制 43名】 11:30-12:00 ヨガダンス 紗綾	【定員制 30名】 11:15-12:00 美曲線ヨーガ 田中江里香	【ルレ会員限定 定員制8名】 11:00-11:45 ホットヨーガ リセット冷え・むくみ45 岸川ゆき	【ベビースクール】 10:30-11:55 (最大3コース使用)
11:30												
12:00	【定員制 43名】 12:20-13:05 トラディショナルヨーガ Mari	【定員制 35名】 12:20-13:05 Group Groove 後藤千明		【定員 60名】 11:50-12:20 アクアダンス30 飯島美紀	【定員制 50名】 11:45-12:15 フリースタイルダンス 早川第一	【定員制 30名】 11:45-12:15 太極拳 阿部利香		【ルレ会員限定 定員制8名】 12:05-12:25 クローチ 有尾美子 (入門) キズナ	【定員制 43名】 12:15-12:45 ヨガダンス 岸川ゆき	【予約不要 先着15名】 12:15-12:45 Group Centergy (映像レッスン)	【ルレ会員限定 定員制8名】 12:00-13:30 ZUMBA 八重樫ゆかり	【有料スクール】 12:00-13:00 スイムスクール 初中級 栗栖
12:30												
13:00	【定員制 40名】 13:15-13:55 やらしいピラティス 飯島美紀		【ルレ会員限定 定員制8名】 13:30-14:15 ホットヨーガ アクトレス45 Mari	【有料スクール】 13:30-14:30 スイムスクール 初中級 佐藤	【定員制 43名】 13:30-14:15 GroupCentergy 都築紀彦	【予約不要 先着15名】 13:45-14:15 Group Blast (映像レッスン)	【ルレ会員限定 定員制8名】 13:15-14:00 ホットヨーガ ベシック45 田中真紀	【有料スクール】 12:30-13:30 スイムスクール 初中級 近藤	【定員制 50名】 13:50-14:20 ZUMBAGOLD 八重樫ゆかり	【定員制 30名】 13:00-13:45 ZUMBA 八重樫ゆかり	【ルレ会員限定 定員制8名】 13:00-13:30 トラディショナルヨーガ 岸川ゆき	【有料スクール】 13:00-14:00 スイムスクール マスターズクラス 佐藤
13:30												
14:00	【定員制 43名】 14:15-15:00 リトモス 中尾桂子	14:10-15:10 REBORNS FIT 【有料スクール】定員15名		【有料・予約制】 14:30-15:00 パーソナルレッスン	【定員制 43名】 14:30-15:15 リトモス 長沼淳子	【定員制 30名】 14:30-15:15 トラディショナルヨーガ 田中真紀		【定員 60名】 14:30-15:00 アクアダンス30 田中ひとみ	【定員制 50名】 14:45-15:30 ヴォーカリズム 張ひろみ	【定員制 35名】 14:30-15:15 アドバンスアプロ (中上級クラス) 飯島美紀	【ルレ会員限定 定員制8名】 13:20-14:05 Reformer Pilates 【TOTAL BASIC45】 後藤千明	【有料スクール】 14:05-14:25 甲斐のピラティス (応用) キズナ
14:30												
15:00												
15:30				キッズスイミング 15:15-16:15 キッズ (最大3コース使用)	15:30-16:30 ミライスクール キッズ (3歳~小学1年生)			キッズスイミング 15:15-16:15 キッズ (最大3コース使用)	【定員制 50名】 15:45-16:15 ハーモニズム 張ひろみ	15:30-16:30 ミライスクール キッズ (3歳~小学1年生)		キッズスイミング 15:15-16:15 キッズ (最大3コース使用)
16:00												
16:30	16:20-17:20 キッズチアダンス (年中~小学3年生) 担当: 菅紫乃	16:30-17:30 ミライスクール キッズ (3歳~小学1年生)		キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長~小学3年生)			キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)	【定員制 43名】 16:30-17:00 ウェーブストレッチ30 飯島美紀	16:30-17:30 ミライスクール ジュニア (年長~小学3年生)		キッズスイミング 16:15-17:15 ジュニア① (最大3コース使用)
17:00												
17:30	17:25-18:25 キッズチアダンス (小学3年生~6年生) 担当: 菅紫乃	17:30-18:30 ミライスクール ジュニア (年長~小学3年生)		キッズスイミング 17:15-18:15 ジュニア② (最大3コース使用)	17:30-18:30 ミライクラ (小学3年生~小学1年生)			キッズスイミング 17:15-18:15 ジュニア② (最大3コース使用)				キッズスイミング 17:15-18:15 ジュニア② (最大3コース使用)
18:00												
18:30												
19:00		【無料 登録制 定員20名】 19:00-19:30 ランニングサークル キャスト										
19:30	【定員制 43名】 19:30-20:15 トラディショナルヨーガ 田中江里香	【定員制 12名】 19:50-20:10 レキオクラス VOLTBOX 山川航平		19:00-21:00 コース貸し出し (国学院大学 水泳部) 使用コース: 2コース	【定員制 12名】 19:30-19:50 VOLTBOX 中村武尊	【ルレ会員限定 定員制8名】 19:45-20:30 ホットヨーガ ベシック45 阿久津幸子	【有料スクール】 19:00-20:00 スイムスクール 初中級 近藤	【定員制 33名】 19:40-19:55 レキオクラス VOLTBOX 飯島美紀	【定員制 33名】 20:05-20:50 Reformer Pilates 【TOTAL BASIC45】 後藤千明	【ルレ会員限定 定員制10名】 20:05-20:50 Reformer Pilates 【TOTAL BASIC45】 後藤千明	【ルレ会員限定 定員制8名】 20:10-20:40 アクアシェイプ30 早川陽佑	【有料スクール】 19:30-20:30 スイムスクール 中上級 栗栖
20:00												
20:30	【定員制 33名】 20:30-21:00 TOBIPPA 後藤千明	【定員制 12名】 20:30-21:00 VOLTBOX 山川航平	【ルレ会員限定 定員制8名】 20:45-21:30 ホットヨーガ ベシック45 田中江里香	他3コースは会員様が ご利用いただけます ※うち1コースは歩行コースです	【定員制 40名】 19:55-20:40 GroupBlast 福田真優	【定員制 30名】 20:10-20:40 VOLTBOX 中村武尊	【ルレ会員限定 定員制8名】 20:50-21:20 アクアアクトレス30 早川陽佑	【定員 60名】 20:10-20:40 アクアシェイプ30 早川陽佑	【定員制 43名】 21:00-21:45 GroupCentergy 飯島美紀	【予約不要 先着15名】 21:30-22:30 Group Fight (映像レッスン)		
21:00	【定員制 50名】 21:20-22:05 GroupGroove 飯島美紀	【予約不要 先着35名】 21:30-22:30 オンラインライブレッスン 選曲に内容、担当者が異なります。 詳細はHPに添付してあります オンラインスケジュールをご覧ください			【定員制 50名】 21:00-21:45 GroupFight 山川航平							
21:30												
22:00												
22:30												
23:00	24時間プラン会員様を含めた全会員様 マンジウム・プール利用時間 22:50 まで / チェックアウト時間 23:00											
	24時間プラン会員様以外 マンジウム・プール利用時間 22:50 まで / チェックアウト時間 23:00											
	24時間プラン会員様以外 マンジウム・プール利用時間 22:50 まで / チェックアウト時間 23:00											

