

2026年1月 メガロス白金台 スタジオスケジュール

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	土曜日	日曜日					
	メインスタジオ	ホットスタジオ	メインスタジオ	ホットスタジオ	メインスタジオ	ホットスタジオ	メインスタジオ	ホットスタジオ	メインスタジオ	ホットスタジオ	
8:30							8:00~9:00 ミライク Jr 小1~小3		8:00~9:00 ミライク Jr 小1~小3		7:00
9:00											8:30
9:30	【有料クラス】 胎・産後の痛みをケア必須		9:30-10:20 Antigravity® 1・3週目 Fundamentals basic 2・4週目 Fundamentals Mix wakana	9:45-10:30 ホットヨーガ・ベアシック 秋野 朝美			9:00~10:00 ミライク Kids1 3歳~年中		9:00~10:00 ミライク Kids2 年中~小1		9:00
10:00	9:30-10:45 Antigravity® Restorative Yoga Goshi	10:00-10:30 ホットヨーガ・冷えむきみ 秋野 朝美			9:45-10:15 やばいビラティス 山角 菜穂子	9:45-10:30 ホットヨーガ・ベアシック 澤谷 美和					10:00
10:30					胎・産後の痛みをケア必須		【有料クラス】		10:00~11:00 ミライク Kids2 年中~小1	10:00-10:45 ホットスタイルビラティス 石河 知可子	10:30
11:00			10:45-11:45 REBORNS FIT スクール	11:00-11:30 ホットヨーガ・ウエストシェイブ 小松 詩乃	10:30-11:20 Antigravity® Restorative Yoga Goshi		10:30-11:30 Beauty Work 短期スクール				11:00
11:30	11:15-11:45 やばいビラティス 石河 知可子	11:00-11:45 ホットヨーガ・ベアシック 秋野 朝美				11:15-11:45 ホットヨーガ・パワーベアシック 石井 祐子			11:00~12:00 ミライク Kids2 年中~小1	11:15-12:00 ホットヨーガ・ベアシック 小松 詩乃	11:30
12:00											12:00
12:30	12:15-13:00 ステップ 石河 知可子	12:15-13:00 ホットヨーガ・ベアシック 房枝	12:15-13:00 ボディメイクエプロ 小田 忠明	12:00-12:45 ホットヨーガ・ベアシック 小松 詩乃	11:45-12:30 ZUMBA45 sekine		12:00-13:00 REBORNS FIT スクール			【有料クラス】 胎・産後の痛みをケア必須	12:30
13:00											13:00
13:30					13:00-13:30 VOLTBOX IZUMI	13:15-13:45 ホットヨーガ・ベアシック KURISU		13:00-13:45 ホットヨーガ・パワーベアシック 石井 祐子		12:30-13:45 Antigravity® Fundamentals Open Goshi	13:30
14:00	13:30-14:00 ベルブックス(骨盤)ストレッチ 遠藤 孝子		13:30-14:00 Group Groove TOMO				13:30-14:00 Group Fight RIKI				14:00
14:30	14:15-15:15 REBORNS FIT スクール	14:30-15:00 ホットスタイルビラティス 遠藤 孝子	14:30-15:00 ボディデザインビラティス MARIKO	14:15-14:45 ホットストレッチ Valentina	14:00-15:00 REBORNS FIT スクール	14:15-15:00 ホットヨーガ・パワーアドバンス KURISU	14:30-14:50 VOLTBOX RIKI	14:15-14:45 ホットストレッチ Valentina		14:15-15:00 Group Fight RIKI	14:30
15:00		【有料クラス】									15:00
15:30		15:15-16:15 ベルブックスストレッチ 短期スクール									15:30
16:00	16:00-17:00 ミライク Kids1 3歳~年中				16:00-17:00 ミライク Kids1 3歳~年中					15:30-16:15 Group Groove IZUMI	16:00
16:30									16:15~17:15 ミライク Kids1 3歳~年中		16:30
17:00	17:00-18:00 ミライク Kids2 年中~小1						17:00-18:00 ミライク Kids2 年中~小1				17:00
17:30											17:30
18:00											18:00
18:30											18:30
19:00	19:00-19:20 VOLTBOX Rimi	19:00-19:45 ホットヨーガ・ベアシック 高橋 明日香	19:30-20:00 TOBIPPAA MASA	18:45-19:30 ホットヨーガ・パワーアドバンス KURISU	19:30-20:00 Group Groove RYUJI	19:45-20:30 ホットスタイルビラティス 北澤 理絵	19:30-20:15 ハラスダンス 万重	19:45-20:30 股関節エクササイズ Rimi			19:00
19:30											19:30
20:00	19:40-20:00 VOLTBOX Rimi			20:00-20:45 ホットヨーガ・アドバンス KURISU	20:30-21:15 Group Fight RYUJI						20:00
20:30		20:30-21:00 ホットストレッチ YUMIKO	20:30-21:20 Antigravity® Fundamentals basic YUMIKO								20:30
21:00							20:45-21:15 VOLTBOX IZUMI				21:00
21:30											21:30
22:00											22:00
22:30											22:30
23:00	最終チェックアウト時間 23:00		最終チェックアウト時間 23:00		最終チェックアウト時間 23:00		最終チェックアウト時間 23:00				23:00

最終チェックアウト時間 22:00
子どもの未来を育てる体育スクール
MEGALOS MIRAIKU
メガロスミライク
楽しみながら応用力の高い脳と身体をつくる。
子どもの潜在能力を目覚めさせ将来の可能性を無限に広げる
体育スクールです。

最終チェックアウト時間 20:00

◇レッスン表示詳細◇

← 時間、担当者、
内容の変更があるクラス

レッスン内容詳細、スタジオのご案内は
こちらの二次元コードからご確認ください。