

2026年4月 メガロス白金台 スタジオスケジュール 確定版

| | 月曜日 | | 火曜日 | | 水曜日 | | 木曜日 | | 土曜日 | | 日曜日 | | 7:00 8:30 9:00 9:30 10:00 10:30 11:00 11:30 12:00 12:30 13:00 13:30 14:00 14:30 15:00 15:30 16:00 16:30 17:00 17:30 18:00 18:30 19:00 19:30 20:00 20:30 21:00 21:30 22:00 22:30 23:00 | |
|-------|---|--|--|--------------------------------------|---|--|--|-------------------------------------|--------------------------------------|---|------------------------------------|--|---|--|
| | メインスタジオ | ホトスタジオ | メインスタジオ | ホトスタジオ | メインスタジオ | ホトスタジオ | メインスタジオ | ホトスタジオ | メインスタジオ | ホトスタジオ | メインスタジオ | ホトスタジオ | | |
| 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 | | |
| 9:00 | | | | | | | | | | | 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 | | |
| 9:30 | 【有料クラス】 ※ 授業の開始15分前必須 | | ※ 授業の開始15分前必須 | | ※ 授業の開始15分前必須 | | ※ 授業の開始15分前必須 | | ※ 授業の開始15分前必須 | | | | | |
| 10:00 | 9:30-10:45 Antigravity® Restorative Yoga Goshi | 10:00-10:30 ホトヨーガ/冷えひきみ 秋野 朝美 | 9:30-10:20 Antigravity® 1-3週目 Fundamentals basic 2-4週目 Fundamentals Mix wakana | 9:45-10:30 ホトヨーガ/ベアシック 秋野 朝美 | | 10:00-10:45 ホトヨーガ/ベアシック 石井 裕子 | 9:45-10:15 やさしいピラティス 山角 葉穂子 | 9:45-10:30 ホトヨーガ/ベアシック 澤谷 美和 | | | 10:00~11:00 ミライク Kids2 年中~小1 | 10:00-10:45 ホトヨーガ/ベアシック 小松 詩乃 | 10:00~11:00 ミライク Kids1 3歳~年中 | |
| 10:30 | | | | | | | 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 やさしいピラティス 石河 知可子 | 11:00-11:45 ホトヨーガ/ベアシック 秋野 朝美 | | | | 11:15-11:45 ホトヨーガ/パワーベアシック 石井 裕子 | | | | 11:00-11:30 ホトヨーガ/ウエストシェイプ 澤谷 美和 | | 11:15-12:00 ホトヨーガ/アドバンス 小松 詩乃 | 11:00~12:00 ミライク Kids1 3歳~年中 | 11:15-11:45 ホトヨーガ/リセット/骨盤 北澤 理絵 |
| 12:00 | | | | | | | | | | | | | | |
| 12:30 | 12:15-13:00 ステップ 石河 知可子 | 12:15-13:00 ホトヨーガ/ベアシック 房枝 | ● 12:00-12:45 ホディメイクエアロ 小田 忠明 | 12:00-12:45 ホトヨーガ/ベアシック 小松 詩乃 | | | | 12:00-13:00 REBORNS FIT スクール | | 12:00-12:30 ホトスタイルピラティス 山角 葉穂子 | | | 【有料クラス】 ※ 授業の開始15分前必須 | 12:15-13:00 ホトヨーガ/アドバンス 澤谷美和 |
| 13:00 | | | | | | | | | | | | ● 12:30-13:15 ホトスタイルピラティス 石河 知可子 | 12:30-13:45 Antigravity® Fundamentals Open Goshi | |
| 13:30 | | | | | | | | | | | | | | |
| 14:00 | ● 13:30-14:00 トラディショナルヨーガ 小松詩乃 | ● 13:30-14:15 ホトスタイルピラティス 遠藤 孝子 | ● 13:15-13:55 エンジンステップ40 小田 忠明 | 13:15-13:45 ホトスタイルピラティス MARIKO | | 13:15-13:45 ホトヨーガ/ベアシック KURISU | | 13:30-14:00 Group Fight MARIN | | 13:00-13:45 ホトヨーガ/パワーベアシック 石井 裕子 | | | | ● 13:30-14:15 ホトヨーガ/ベアシック 澤谷美和 |
| 14:30 | 14:15-15:15 REBORNS FIT スクール | ● 14:30-15:30 ベルグリューストレッチ 短期スクール | | | 14:00-15:00 REBORNS FIT スクール | 14:15-15:00 ホトヨーガ/パワー/アドバンス KURISU | | | | ● 14:15-14:45 ホトヨーガ/ベアシック30 石井 裕子 | | | 14:15-15:00 Group Fight RIKI | |
| 15:00 | | | | | | | | | | | | | | |
| 15:30 | | | | | | | | | | | | | | ● 14:45-15:15 ホトヨーガ/冷えひきみ 齋藤 こず恵 |
| 16:00 | | | | | | | | | | | | | | |
| 16:30 | 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 | | | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | | | | | | | |
| 17:30 | 17:00-18:00 ミライク Kids2 年中~小1 | | | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | | | | | | | | | |
| 18:30 | | | | | | | | | | | | | | |
| 19:00 | 19:00-19:20 VOLTBOX Rimi | 19:00-19:45 ホトヨーガ/ベアシック 高橋 明白音 | | | | 18:45-19:30 ホトヨーガ/パワー/アドバンス KURISU | | | | 18:30-19:15 ホトヨーガ/パワー/アドバンス Rimi | | | | |
| 19:30 | | | | | | | | | | | | | | |
| 20:00 | 19:40-20:00 VOLTBOX Rimi | | ● 19:30-20:00 Group Fight MASA | | ● 19:30-20:00 Infinity Flow30 IZUMI | | | | | 19:30-20:15 ハヴダンス 万里 | | | | |
| 20:30 | | | | | | 20:00-20:45 ホトヨーガ/アドバンス KURISU | | | | 19:45-20:30 股関節ケアサイズ Rimi | | | | |
| 21:00 | 20:30-21:15 Group Groove TOMO | 20:30-21:00 ホトストレッチ YUMIKO | ● 20:15-20:45 ストレッチ30 YUMIKO | | ● 20:30-21:00 TOBIPPA30 IZUMI | | | | | ● 20:45-21:15 VOLTBOX RIKI | | | | |
| 21:30 | | | | | | | | | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 | | 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 | | | |

◇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。



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標めさせ将来の可能性を無限に広げる
体育スクールです。