

2026年10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	メインスタジオ	ホットスタジオ	
8:30	9:30-10:20 Anti Gravity® Plates basic ※白金台限定 Goshi	10:00-10:30 ホットヨーガ・冷えむみ 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 ホットヨーガ・ベアシック 秋野 朝美	10:30-11:20 Antigravity® Restorative Yoga Goshi	10:30-11:15 ホットヨーガ・リセット・骨盤 浅野麻実	9:45-10:15 やさしいピラティス 山角 菜穂子	9:45-10:30 ホットヨーガ・ベアシック 澤谷 美和	8:00~9:00 ミライク Jr 小1~小3	10:00-10:45 ホットヨーガ・ベアシック 小松 詩乃	8:00~9:00 ミライク Jr 小1~小3		7:00
8:30													
9:00													
9:30													
9:30	11:00-11:30 エンジタイエプロ 久嶋 江里子	11:00-11:45 ホットヨーガ・ベアシック 秋野 朝美	10:45-11:30 美背柱ヨーガ 小田 忠明	11:00-11:30 ホットヨーガ・ウエストシェイプ 小松 詩乃	11:00-11:30 ホットヨーガ・ウエストシェイプ 澤谷 美和	11:45-12:15 ホットヨーガ・ベアシック 浅野麻実	10:30-11:30 Beauty Work 短期スクール	11:00-11:30 ホットヨーガ・ウエストシェイプ 澤谷 美和	9:00~10:00 ミライク Kids1 3歳~年中	11:15-12:00 ホットヨーガ・アドバンス 小松 詩乃	9:00~10:00 ミライク Kids2 年中~小1		9:30
10:00													
10:30													
11:00													
11:00	12:00-12:45 バーンタイエプロ 久嶋 江里子	12:15-13:00 ホットヨーガ・ベアシック 房枝	12:00-12:45 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 芦川礼子	11:45-12:15 ホットヨーガ・ベアシック 浅野麻実	12:00-13:00 REBORNS FIT スクール	12:00-12:30 ホットスタイルピラティス 山角 菜穂子	10:00~11:00 ミライク Kids2 年中~小1	11:15-12:00 ホットヨーガ・アドバンス 小松 詩乃	10:00~11:00 ミライク Kids1 3歳~年中		10:30
11:30													
12:00													
12:30													
12:30	13:15-14:00 トランジショナルヨーガ 小松 詩乃	13:40-14:25 ホットスタイルピラティス 遠藤 孝子	13:15-13:55 エンジタイエプロ40 小田 忠明	13:15-13:45 ホットスタイルピラティス MARIKO	13:00-13:30 VOLTBOX IZUMI	13:15-13:45 ホットヨーガ・ベアシック KURISU	13:30-14:00 Group Fight MARIN	13:00-13:45 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	12:30-13:15 ホットスタイルピラティス 石河 知可子	11:00~12:00 ミライク Kids1 3歳~年中	11:15-11:45 ホットヨーガ・リセット・骨盤 北澤 理絵	11:00
13:00													
13:30													
13:30													
14:00	14:15-15:15 REBORNS FIT スクール	14:40-15:40 ヘルグイックスストレッチ 短期スクール	14:30-15:00 ボディデザインピラティス MARKO	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 K U R I S U	14:30-15:00 TOBIPPA MARIN	14:15-15:00 ホットヨガベアシック45 石井 祐子	14:30-14:00 VOLTBOX RIKI	12:00-13:00 TOBIPPA MARIN	14:15-14:45 ホットヨーガ・リセット・骨盤 齋藤 こず恵	12:30-13:20 Anti Gravity® Plates basic ※白金台限定 Goshi	12:15-13:00 ホットヨーガ・アドバンス 澤谷美和	12:00
14:30													
15:00													
15:30													
15:30	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		17:00-18:00 ミライク Kids2 年中~小1		15:00-15:50 Antigravity® Fundamentals basic koto	13:30-14:00 VOLTBOX RIKI	15:15-16:00 ホットヨーガ・冷えむみ 齋藤 こず恵	14:00-14:45 Group Fight RIKI	15:00-15:30 ホットヨーガ・冷えむみ 齋藤 こず恵	13:00
16:00													
16:30													
17:00													
17:00	17:00-18:00 ミライク Kids2 年中~小1						15:00-15:50 Antigravity® Fundamentals basic koto	16:15~17:15 ミライク Kids1 3歳~年中	14:15-15:00 ホットヨーガ・パワー・アドバンス K U R I S U	16:00-16:45 ホットヨーガ・パワーベアシック 齋藤 こず恵	15:15-15:45 TOBIPPA IZUMI	16:00-16:45 ホットヨーガ・パワーベアシック 齋藤 こず恵	14:30
17:30													
18:00													
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	19:30-20:15 Group Fight MASA	18:45-19:30 ホットヨーガ・パワーアドバンス K U R I S U	18:30-19:15 ホットヨーガ・ベアシック 北澤 理絵	19:30-20:00 ハウスタス 入門 万里	19:45-20:30 股関節エクササイズ Rimi	18:30-19:15 ホットヨーガ・パワーアドバンス Rimi	17:00-18:00 ランニングサークル (屋外) 新井・大栗				15:00
19:30													
20:00													
20:30													
20:30	20:30-21:15 Group Groove TOMO	20:30-21:00 ホットヨーガ・リセット・骨盤 高橋 明日香	20:35-21:25 Antigravity basics50 KAZUE	20:00-20:45 ホットヨーガ・ベアシック K U R I S U	20:30-21:00 TOBIPPA30 IZUMI	20:15-21:00 ハウスタス 万里							15:30
21:00													
21:30													
22:00													
22:30													16:00
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 23:00													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 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 楽しみながら筋力力の高い脳と身体をつくる。 子どもの潜在能力を自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。													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。													23:00
													23:00