



2024/9月～
【暫定版】

メガロス草加

| | | |
|-------|---------------|---------|
| ■営業時間 | 9:00～23:30 | 月曜日～木曜日 |
| | 9:00～22:00 | 土曜日 |
| | 9:00～20:00 | 日曜日・祝日 |
| ■休館日 | 毎週金曜日、夏期、年末年始 | |

出力日 2024/8/10

| MEGALOS SOKA Time Line For Studio , Gym , Re·Self | | | | | | | | | | |
|---|---|--|---|--|--|--|--|--|--|-------|
| | 月曜日 | | | 火曜日 | | | 水曜日 | | | |
| | スタジオA | スタジオB | Re·Self[有料制] | スタジオA | スタジオB | Re·Self[有料制] | スタジオA | スタジオB | Re·Self[有料制] | |
| 9:00 | 営業開始 9:00 | | | | | | | | | 9:00 |
| 9:30 | 【定員制 42名】 アドバンスエアロ | 【定員制 40名】 太極拳 9:30-10:15 山崎 雅昭 | ホットヨーガベーシック 45 9:30-10:15 網島 美智子 | 【定員制 36名】 エアフィットクラブ | 【定員制 40名】 氣功 9:25-9:55 得子 弘美 | | 【定員制 36名】 エンジョイステップ 9:55-10:25 城谷 崇仁 | 【定員制 30名】 トランスショナルヨーガ 10:00-10:30 川谷 幸子 | | 9:30 |
| 10:00 | | 【予約不要 30名】 ウェーブストレッチ 10:15-10:30 キヌト | | 【定員制 60名】 エンジョイエアロ 10:35-11:05 松原 恵子 | 【定員制 40名】 太極拳 10:10-10:55 得子 弘美 | | 【定員制 42名】 バーニングエアロ 10:45-11:15 城谷 崇仁 | 【女性専用/定員制 30名】 infinity flow 10:45-11:15 飯島 あかね | ホットヨーガベーシック 45 10:50-11:35 川谷 幸子 | 10:30 |
| 10:30 | 【定員制 42名】 Group Groove 10:40-11:10 坂上 拓也 | 【定員制 30名】 やさしいピラティス 10:45-11:15 網島 美智子 | 【女性専用クラス】 ホットヨーガベーシック 45 10:45-11:30 奥田 由里子 | 【定員制 60名】 ジャズダンスNEXT 11:35-12:20 五十嵐 康生 | 【映倫 定員30名】 Group Groove 11:15-11:45 | | 【定員制 36名】 Group Power 11:30-12:00 松本 裕介 | 【映倫 定員30名】 Group Fight 11:30-12:00 | | 11:00 |
| 11:00 | 【定員制 48名】 トランスショナルヨーガ 11:30-12:00 網島 美智子 | 【定員制 30名】 ～Gaze～美脚グラマラスレップ 11:30-12:00 今井 あかり | 時間変更 | 【定員制 60名】 ジャズダンスSTAGE 12:45-13:15 五十嵐 康生 | 【定員 12名】 シニア向け健康スクール REBORNS FIT 12:00-13:00 三田村 綾菜 | こちらのクラスは有料、登録制となります。 詳しくはキャストまでお問い合わせ下さい。 | 【定員制 42名】 アドバンスエアロ 12:45-13:30 加藤 由美子 | 【映倫 定員30名】 シニア向け健康スクール REBORNS FIT 12:30-13:30 松本 裕介 | こちらのクラスは有料、登録制となります。 詳しくはキャストまでお問い合わせ下さい。 | 11:30 |
| 12:00 | 【定員制 60名】 フラダンス 12:30-13:15 中里 美和子 | 【定員制 30名】 アドバンスエアロ 12:40-13:25 大江 美貴 | | 【定員制 60名】 ボディアゲインピラティス 13:35-14:20 Junko | 【定員制 40名】 歌うボイスエアロサイズ ライト30 13:30-14:00 ENIWA | | 【定員制 60名】 エンジョイエアロ 13:45-14:15 加藤 由美子 | 【定員制 25名】 TOBIPPA 13:45-14:15 阿島 聡美 | | 12:30 |
| 12:30 | 【定員制 60名】 ZUMBA 13:30-14:15 木村 真由美 | 【定員制 30名】 バーニングエアロ 13:45-14:15 大江 美貴 | | 【定員制 40名】 歌うボイスエアロサイズ レギュラー30 14:15-14:45 ENIWA | 【定員制 40名】 歌うボイスエアロサイズ レギュラー30 14:15-14:45 ENIWA | | 【定員制 48名】 パワーヨーガ 14:45-15:30 中波 美穂 | 【定員制 25名】 エトワールバレエ 14:45-15:30 鈴木 結花 | | 13:00 |
| 13:00 | 【定員制 48名】 トランスショナルヨーガ 14:30-15:15 金木 洋子 | 【定員制 30名】 Group Fight 14:30-15:00 古宮 優至 | | 【定員制 42名】 Group Fight 14:35-15:05 飯島 あかね | 【定員制 25名】 TOBIPPA 15:25-15:55 飯島 あかね | | 【女性専用/定員制 48名】 infinity flow 19:30-20:00 三田村 綾菜 | 【定員制 25名】 TOBIPPA 20:30-21:00 三田村 綾菜 | | 13:30 |
| 13:30 | 【定員制 60名】 キッズダンス スクール リトルクラス 15:35-16:25 | 【定員制 30名】 ジャズダンスSTAGE 15:15-16:00 増田 優子 | | 【定員制 40名】 ミライスクール キッズ1 15:30-16:30 | 【女性専用/定員制 30名】 infinity flow 16:10-16:25 飯島あかね | | 【定員制 48名】 グループパワー 20:15-21:00 古宮 優至 | 【定員制 25名】 TOBIPPA 20:30-21:00 三田村 綾菜 | | 14:00 |
| 14:00 | 【定員制 48名】 キッズダンス スクール キッズクラス 16:30-17:30 | 【定員制 30名】 キッズ バレエスクール リトルクラス 16:30-17:30 | | 【定員制 42名】 ミライスクール キッズ2 16:30-17:30 | | | 【定員制 42名】 グループパワー 20:15-21:00 古宮 優至 | 【定員制 25名】 TOBIPPA 20:30-21:00 三田村 綾菜 | | 14:30 |
| 14:30 | 【定員制 60名】 キッズダンス スクール ジュニアクラス 17:30-18:30 | 【定員制 30名】 キッズ バレエスクール ジュニアクラス 17:30-18:30 | | 【定員制 40名】 ミライスクール ジュニア 17:30-18:30 | | | 【定員制 48名】 グループパワー 20:15-21:00 古宮 優至 | 【定員制 25名】 TOBIPPA 20:30-21:00 三田村 綾菜 | | 15:00 |
| 15:00 | 【定員制 48名】 キッズダンス スクール 育成クラス 18:30-19:30 | 【女性専用クラス】 ホットヨーガパワーベーシック 45 19:15-20:00 田丸 ぬきみ | | 【定員制 60名】 プリースタイルSTAGE 19:30-20:15 Fuka | 【定員制 10名】 VOLTBOX 19:30-19:50 風間 傑太 【定員制 10名】 VOLTBOX 20:00-20:20 風間 傑太 | | 【定員制 48名】 infinity flow 19:30-20:00 三田村 綾菜 | 【定員制 30名】 Group Groove 19:40-20:10 山口 菜穂 | | 15:30 |
| 15:30 | 【定員制 42名】 Group Fight 20:00-20:30 古宮 優至 | 【映倫 定員20名】 Group Blast 20:00-20:30 | 時間変更 | 【定員制 42名】 Group Fight 20:50-21:35 風間 傑太 | 【定員制 25名】 VOLT JUMP 20:45-21:15 Fuka | | 【定員制 36名】 Group Power 20:15-21:00 古宮 優至 | 【定員制 25名】 TOBIPPA 20:30-21:00 三田村 綾菜 | | 16:00 |
| 16:00 | 【定員制 42名】 Group Groove 20:45-21:30 山口 菜穂 | 【映倫 定員30名】 Group Centergy 21:00-21:30 | 時間変更 | 【定員制 42名】 Group Fight 20:50-21:35 風間 傑太 | 【定員制 25名】 VOLT JUMP 21:30-22:00 Fuka | | 【定員制 42名】 Group Fight 21:20-22:05 古宮 優至 | 【定員制 25名】 スタジオキッズ (TOBIPPA) 三田村綾菜21:15-21:30 | | 16:30 |
| 16:30 | 【定員制 48名】 トランスショナルヨーガ 21:45-22:15 伊藤 朝賀 | | | | | | | | | 17:00 |
| 17:00 | | | | | | | | | | 17:30 |
| 17:30 | | | | | | | | | | 18:00 |
| 18:00 | | | | | | | | | | 18:30 |
| 18:30 | | | | | | | | | | 19:00 |
| 19:00 | | | | | | | | | | 19:30 |
| 19:30 | | | | | | | | | | 20:00 |
| 20:00 | | | | | | | | | | 20:30 |
| 20:30 | | | | | | | | | | 21:00 |
| 21:00 | | | | | | | | | | 21:30 |
| 21:30 | | | | | | | | | | 22:00 |
| 22:00 | | | | | | | | | | 22:30 |
| 22:30 | | | | | | | | | | 23:00 |
| 23:00 | | | | | | | | | | 23:30 |

マシンジム・プール利用時間は 23:20 まで 施設閉館時間 23:30まで



2024/9月
【暫定版】

メガロス草加

| | | |
|-------|------------|---------------|
| ■営業時間 | 9:00~23:30 | 月曜日~木曜日 |
| | 9:00~22:00 | 土曜日 |
| | 9:00~20:00 | 日曜日・祝日 |
| ■休館日 | | 毎週金曜日、夏期、年末年始 |

出力日 2024/8/10

| MEGALOS SOKA Time Line For Studio, Gym, Re·Self | | | | | | | | | | |
|---|----------------------------------|-------------------------|--|--------------------------------|----------------------|---|----------------------|------------------|--------------------------|-------|
| | 木曜日 | | | 土曜日 | | | 日曜日 | | | |
| | スタジオA | スタジオB | Re·Self[有料制] | スタジオA | スタジオB | Re·Self[有料制] | スタジオA | スタジオB | Re·Self[有料制] | |
| 9:00 | 営業開始 9:00 | | | | | | | | | 9:00 |
| 9:30 | 【定員制 42名】 アドバンスエアロ | 【定員制 30名】 | | 【定員制 48名】 トリアシヨナルヨーガ | ミライスクール キッズ2 | | ミライスクール キッズ2 | キッズ 空手スクール | 【女性専用クラス】 | 9:30 |
| 10:00 | 9:30-10:15 木村 淳 | トリアシヨナルヨーガ | | 9:45-10:15 中波 美穂 | 9:00-10:00 | | 9:00-10:00 | 8:30-9:30 | ホットヨーガ・バーベック | 10:00 |
| 10:30 | 【定員制 60名】 エンジョイエアロ | 10:45-10:30 西内 やよい | | 【定員制 42名】 バーニングエアロ | ミライスクール キッズ1 | | ミライスクール キッズ1 | | 【定員制 30名】 | 10:30 |
| 11:00 | 10:30-11:00 木村 淳 | | 【女性専用クラス】 | 10:35-11:05 高木 愛澄 | 10:00-11:00 | | 10:00-11:00 | | エンジョイエアロ (担当者交替わり) | 11:00 |
| 11:30 | 【定員制 60名】 ZUMBA® | 【定員制 40名】 | ホットヨーガ・バーベック | 10:55-11:40 西内 やよい | ミライスクール キッズ2 | ホットヨーガ・バーベック | 【定員制 42名】 | 【定員制 42名】 | ホットヨーガ・バーベック | 11:30 |
| 12:00 | 11:15-11:45 住吉 真理 | 11:20-11:50 木村 淳 | 45 | | 11:00-12:00 | 45 | 11:00-11:45 松原 由香 | 11:15-11:45 | 45 | 11:30 |
| 12:30 | 【定員制 60名】 ZUMBA® | 【定員制 40名】 | | 【定員制 42名】 アドバンスエアロ | ミライスクール ジュニア | 【女性専用クラス】 | 【定員制 42名】 | 【定員制 30名】 | スタジオヒップホップ (Group Fight) | 12:00 |
| 13:00 | 12:05-12:50 住吉 真理 | 12:20-12:50 佐々木 弘美 | ホットヨーガ・バーベック | 11:25-12:10 高木 愛澄 | 12:00-13:00 | ホットヨーガ・バーベック | 12:15-13:00 | 12:00-12:30 | スタジオヒップホップ (Group Fight) | 12:30 |
| 13:30 | 【定員制 60名】 フリースタイルSTAGE | 【定員 12名】 | 45 | 【定員制 60名】 ZUMBA® | 12:00-13:00 | 45 | 12:15-13:00 | 12:45-13:15 | Group Blast | 13:00 |
| 14:00 | 13:10-13:55 佐々木 弘美 | 12:30-13:15 やすおか ともこ | | 14:00-14:45 yuriyan | 12:30-13:00 Junko | | 12:15-13:00 小見 美雪 | 12:45-13:15 | Group Blast | 13:30 |
| 14:30 | 【定員制 60名】 エンジョイエアロ | 【定員 12名】 | | 【定員制 60名】 ZUMBA® | フリースタイルSTAGE | 【定員制 25名】 | 【定員制 42名】 | 12:45-13:15 | Group Blast | 14:00 |
| 15:00 | 14:10-14:40 荒木 美絵子 | 13:30-14:30 古宮 優至 | こちらのクラスは有料、登録制となります。 詳しくはキャストまでお問い合わせ下さい。 | 14:00-14:45 yuriyan | 13:15-13:45 Junko | スタジオヒップホップ (HIPSPPA) 飯島あかね 13:30-13:45 | 【定員制 42名】 | 12:45-13:30 | Group Blast | 14:30 |
| 15:30 | 【定員制 48名】 やすらぎヨーガ | 【定員制 25名】 | | 【定員制 42名】 | 【定員制 60名】 | 【定員制 25名】 | 【定員制 42名】 | 13:45-14:30 | Group Groove | 14:00 |
| 16:00 | 15:00-15:45 荒木 美絵子 | 14:45-15:15 風間 優太 | | 【定員制 42名】 | 【定員制 60名】 | 【定員制 25名】 | 【定員制 42名】 | 14:15-14:30 | Group Groove | 14:30 |
| 16:30 | | 【定員制 20名】 | | 【定員制 42名】 | 【定員制 60名】 | 【定員制 25名】 | 【定員制 42名】 | 14:15-14:30 | Group Groove | 14:30 |
| 17:00 | | 【定員制 20名】 | | 【定員制 42名】 | 【定員制 60名】 | 【定員制 25名】 | 【定員制 42名】 | 14:15-14:30 | Group Groove | 14:30 |
| 17:30 | | 【定員制 20名】 | | 【定員制 42名】 | 【定員制 60名】 | 【定員制 25名】 | 【定員制 42名】 | 14:15-14:30 | Group Groove | 14:30 |
| 18:00 | キッズ 空手スクール D (無級~5級) | キッズダンス スクール | | 【定員制 42名】 | 【定員制 60名】 | 【定員制 25名】 | 【定員制 42名】 | 14:15-14:30 | Group Groove | 14:30 |
| 18:30 | 17:30-18:30 | キッズクラス | | 【定員制 42名】 | 【定員制 60名】 | 【定員制 25名】 | 【定員制 42名】 | 14:15-14:30 | Group Groove | 14:30 |
| 19:00 | キッズ 空手スクール F (4級以上) | キッズダンス スクール | | 【定員制 42名】 | 【定員制 60名】 | 【定員制 25名】 | 【定員制 42名】 | 14:15-14:30 | Group Groove | 14:30 |
| 19:30 | 18:40-19:40 | キッズクラス | | 【定員制 42名】 | 【定員制 60名】 | 【定員制 25名】 | 【定員制 42名】 | 14:15-14:30 | Group Groove | 14:30 |
| 20:00 | 【定員制 42名】 | 【定員制 30名】 | | 【定員制 42名】 | 【定員制 60名】 | 【定員制 25名】 | 【定員制 42名】 | 14:15-14:30 | Group Groove | 14:30 |
| 20:30 | 20:00-20:45 大江 美貴 | バーニングエアロ | | 【定員制 42名】 | 【定員制 60名】 | 【定員制 25名】 | 【定員制 42名】 | 14:15-14:30 | Group Groove | 14:30 |
| 21:00 | 【定員制 36名】 | 【定員制 40名】 | | 【定員制 42名】 | 【定員制 60名】 | 【定員制 25名】 | 【定員制 42名】 | 14:15-14:30 | Group Groove | 14:30 |
| 21:30 | 21:05-21:50 風間 優太 | 20:45-21:15 Yuriyan | | 【定員制 42名】 | 【定員制 60名】 | 【定員制 25名】 | 【定員制 42名】 | 14:15-14:30 | Group Groove | 14:30 |
| 22:00 | | 【映像 定員30名】 | | 【定員制 42名】 | 【定員制 60名】 | 【定員制 25名】 | 【定員制 42名】 | 14:15-14:30 | Group Groove | 14:30 |
| 22:30 | | Group Centergy | | 【定員制 42名】 | 【定員制 60名】 | 【定員制 25名】 | 【定員制 42名】 | 14:15-14:30 | Group Groove | 14:30 |
| 23:00 | | 21:30-22:00 | | 【定員制 42名】 | 【定員制 60名】 | 【定員制 25名】 | 【定員制 42名】 | 14:15-14:30 | Group Groove | 14:30 |
| 23:30 | | | | 【定員制 42名】 | 【定員制 60名】 | 【定員制 25名】 | 【定員制 42名】 | 14:15-14:30 | Group Groove | 14:30 |

エンジョイエアロ、バーニングエアロ担当について
担当未定のため交替わりで実施いたします

9/18 休講
9/15 探中 ※8/25まで
9/22 探中 ※9/1まで
9/29 熊谷真美子IR
担当者は決まり次第、ホームページにてお知らせいたします。
記載の期日までに見つからない場合は休講とさせていただきます

マシジム・プール利用時間は 21:50 まで 施設閉館時間 22:00まで

・携帯電話で代行情報やイベント情報を
ご覧頂く場合はこちらからご確認頂けます。



- 色の別でのご案内は、安心してご利用いただけます。
- 色の別でのご案内は、安心してご利用いただけます。
- 色の別でのご案内は、安心してご利用いただけます。
- 色の別でのご案内は、安心してご利用いただけます。
- 色の別でのご案内は、安心してご利用いただけます。
- 色の別でのご案内は、安心してご利用いただけます。

■スタジオWEB予約について

- ※全レッスンWEB予約制です。スタジオ予約システムにて事前にご登録の上、ご参加ください。
- ※一部有料レッスン・映像レッスンは除く
- ・レッスン予約公開期間は、21日先の同時刻に終了するレッスンまでとなります。
- ・同時予約可能枠数は、ご登録の会員種別によって異なります。
- ・WEB予約締め切りは、レッスン開始5分前までです。
- ・予約の変更（場所の変更・キャンセル）は、レッスン開始30分前までです。
- ・スタジオへの入場は、レッスン開始10分前からです。
- ・スタジオへの入場は、レッスン開始時刻までにご入場ください。
- ・急な休講・変更の場合がございます。その際は、レッスンにご予約されている皆様へ、スタジオ予約システムにて登録いただいているアドレスへメールにてお知らせいたします。
- ・スタジオ予約システムのご利用ができない方の予約方法や、その他不明な点がございましたらキャストまでお問い合わせください。

【映像】MOSSA 今月は Group Grooveです。1つのリリースを1か月間行っています。

マシジム・プール利用時間は 23:20 まで 施設閉館時間 23:30まで