



2024/10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 2024/9/10

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								
9:30	【定員制 42名】 アドバンスエアロ	【定員制 40名】 太極拳 9:30-10:00 山崎 雅昭	ホットヨーガバーベック 45	【定員制 36名】 エアロエクササイズ	【定員制 40名】 氣功 9:30-10:00 得字 弘美		【定員制 36名】 エンジョイエアロ 9:55-10:25 城谷 崇仁	【定員制 30名】 トラディショナルヨーガ 10:00-10:30 川谷 幸子	
10:00	高木 愛澄	【予約不要 30名】 クワンズストレッチ 10:15-10:30 キャスト		9:45-10:15 松原 恵子	【定員制 40名】 太極拳 10:15-11:00 得字 弘美				
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】 ホットヨーガバーベック 45 10:45-11:30 奥田 由里子	【定員制 60名】 エンジョイエアロ 10:35-11:05 松原 恵子	【映像 定員30名】 Group Groove 11:15-11:45		【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	ホットヨーガバーベック 45 10:50-11:35 川谷 幸子
11:00									
11:30	【定員制 48名】 トラディショナルヨーガ 11:30-12:00 網島 美智子	【女性専用/定員制 30名】 ～Gaze～美脚グラマラスレップ 今井 あかり		【定員制 60名】 ジャズダンスNEXT 11:35-12:20 五十嵐 奈生	【登録制】 シニア向け健康スクール REBORNS FIT 12:00-13:00 三田村 綾菜		【定員制 36名】 Group Power 11:30-12:00 松本 裕介	【映像 定員30名】 【映像】 Group Fight 11:30-12:00	
12:00									
12:30	【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】 ジャズダンスSTAGE 12:45-13:15 五十嵐 奈生			【定員制 42名】 アドバンスエアロ 12:45-13:30 加藤 由美子	【登録制】 シニア向け健康スクール REBORNS FIT 12:30-13:30 松本 裕介	
13:00									
13:30	【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】 ボディデザインピラティス 13:35-14:20 Junko	【定員制 40名】 歌のボイスエクササイズ 1st30 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	
14:00									
14:30	【定員制 48名】 トラディショナルヨーガ 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 42名】 歌のボイスエクササイズ 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	
15:00		【定員制 30名】 ジャズダンスSTAGE 15:15-16:00 増田 優子							
15:30	キッズダンス スクール リトルクラス 15:35-16:25			【定員制 25名】 TOBIPPA 15:25-15:55 飯島 あかね					
16:00				【女性専用/定員制 30名】 infinity flow 16:10-16:40 飯島あかね					
16:30	キッズダンス スクール キッズクラス 16:30-17:30	キッズ バレエスクール リトルクラス 16:30-17:30							
17:00								【映像 定員20名】 【映像】 Group Blast 17:00-17:30	
17:30	キッズダンス スクール ジュニアクラス 17:30-18:30	キッズ バレエスクール ジュニアクラス 17:30-18:30							
18:00									
18:30									
19:00		キッズ バレエスクール 育成クラス 18:30-19:30	【女性専用クラス】 ホットヨーガバーベック 45 19:15-20:00 田丸 咲希		【映像 定員30名】 【映像】 Group Groove 19:00-19:30		【女性専用/定員制 48名】 infinity flow 19:30-20:00 三田村 綾菜	【定員制 10名】 VOLTBOX 19:30-19:50 キャスト	
19:30				【定員制 36名】 Group Blast 19:45-20:30 風間 傑太			【定員制 36名】 Group Power 20:15-21:00 古宮 優至	【定員制 10名】 VOLTBOX 20:00-20:20 キャスト	
20:00	【定員制 42名】 Group Fight 20:00-20:30 古宮 優至	【定員 25名】 TOBIPPA 19:50-20:20 キャスト	レッスン変更		【定員制 25名】 スタジオダンス (TOBIPPA) キャスト 20:15-20:30				レッスン変更
20:30	【定員制 42名】 Group Groove 20:45-21:30 山口 菜穂	【映像 定員20名】 【映像】 Group Blast 20:45-21:30	レッスン変更	【定員制 42名】 Group Fight 20:50-21:35 風間 傑太	【定員制 25名】 TOBIPPA 20:45-21:15 キャスト			【定員制 25名】 TOBIPPA 20:50-21:20 三田村 綾菜	レッスン変更
21:00							【定員制 42名】 Group Fight 21:20-22:05 古宮 優至	【定員制 25名】 スタジオダンス (TOBIPPA) 三田村綾菜 21:35-21:50	
21:30	【定員制 48名】 トラディショナルヨーガ 21:45-22:15 伊藤 朝賀								
22:00									
22:30									
23:00									
23:30	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								



2024/10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 2024/9/10

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】 アドンスエアロ	【定員制 30名】 トナショナルヨーガ		【定員制 48名】 トナショナルヨーガ	ミライスクール キッズ2		ミライスクール キッズ2	【映像 定員30名】 Group Centergy	【女性専用クラス】 ホットヨーガ・ベーシック	9:30
10:00	9:30-10:15 木村 淳	9:45-10:30 西内 やよい		9:45-10:15 中波 美穂	9:00-10:00		9:00-10:00	9:45-10:15 mina	9:45-10:30 mina	10:00
10:30	【定員制 60名】 エンジョイエアロ		【女性専用クラス】 ホットヨーガ・ベーシック	【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】 D・D	レッスン変更	10:30
11:00	10:30-11:00 木村 淳		45	10:35-11:05 高木 愛澄	10:00-11:00		10:00-11:00	10:30-11:00 高木 愛澄		11:00
11:30	【定員制 60名】 ZUMBA@	【定員制 40名】 nani aloha	10:55-11:40 西内 やよい	【定員制 42名】 アドンスエアロ	ミライスクール キッズ2		【定員制 42名】 バーニングエアロ	【映像】 DeD~Dazzling soulful Dance~	ホットヨーガ・ベーシック	11:30
12:00	11:15-11:45 住吉 真理	11:20-11:50 木村 淳		11:25-12:10 高木 愛澄	11:00-12:00		11:00-11:45 松原 由香	11:15-12:00 高木 愛澄	45 mina	
12:30	【定員制 60名】 ZUMBA@	【定員制 40名】 やさしいクラス		【定員制 60名】 やさしいクラス	ミライスクール ジュニア		【女性専用クラス】 ホットヨーガ・ベーシック	【定員制 30名】 スタジオビギナーズ (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・ベーシック	12:30-13:00 Junko	12:00-13:00		12:15-13:00 小見 美雪	12:00-12:30 坂上 拓也	【定員制 20名】 Group Blast	12:30
13:30	【定員制 60名】 フリースタイルNEXT	【登録制】 シニア向け健康スクール REBORNS FIT	12:30-13:15 やすおか とむこ	13:15-13:45 Junko	13:00-13:30		12:45-13:30 坂上 拓也	12:45-13:15 小島 なつ美		13:00
14:00	13:10-13:55 佐々木 弘美	13:30-14:30 古宮 優至		【定員制 60名】 ZUMBA@	【定員制 25名】 スタジオビギナーズ (18歳以下)		【定員制 42名】 Group Groove	【定員制 25名】 TOBIPPA		14:00
14:30	【定員制 60名】 エンジョイエアロ	【定員制 25名】 TOBIPPA		14:00-14:45 yuriyan	14:00-14:30 飯島 あかね		13:45-14:30 小島 なつ美	14:15-14:30 三田村 穂菜	【定員制 25名】 TOBIPPA	14:30
15:00	14:10-14:40 荒木 美絵子	14:45-15:15 風間 儼太		【定員制 42名】 Group Fight	【定員制 36名】 Group Power		14:50-15:35 松本 裕介	14:45-15:15 三田村 穂菜		15:00
15:30	【定員制 48名】 やすらぎヨーガ	【定員制 20名】 【映像】 Group Blast		15:00-15:45 飯島 あかね	15:00-16:00		15:15-16:00 若本 律子	【定員制 10名】 VOLTBOX	ホットヨーガ・ベーシック	15:30
16:00	15:30-16:00			【定員制 36名】 Group Power	16:00-16:45 宮本 知子		【定員制 48名】 トナショナルヨーガ	16:10-16:30 松本 祐介	45 15:30-16:15 田丸 めぐみ	16:00
16:30		キッズダンス スクール		【定員制 36名】 Group Blast	16:00-17:00		【定員制 60名】 フリースタイルSTAGE	【定員制 10名】 VOLTBOX		16:30
17:00		キッズクラス		17:05-17:50 風間 儼太			17:00-17:30 DAISUKE	16:50-17:10 松本 祐介		17:00
17:30		キッズダンス スクール			キッズ バレエスクール 育成クラス			【映像 定員30名】 Group Centergy		17:30
18:00	キッズ 空手スクール D (無級~5級)	ジュニアクラス			17:15-18:15			17:45-18:15		18:00
18:30										18:30
19:00	キッズ 空手スクール F (4級以上)	【定員制 30名】 バーニングエアロ			【定員制 10名】 VOLT BOX		ホットヨーガ・ベーシック			19:00
19:30	18:40-19:40 大江 美貴	19:10-19:40 大江 美貴		担当変更予定	19:10-19:30 キャスト		19:00-19:45 田丸 めぐみ			19:30
20:00	【定員制 42名】 アドンスエアロ	【定員制 40名】 ZUMBA		担当変更予定	【定員制 10名】 VOLTBOX					20:00
20:30	20:00-20:45 大江 美貴	20:00-20:30 Yuriyan			19:50-20:10 キャスト					20:30
21:00	【定員制 36名】 ZUMBA	【定員制 40名】 ZUMBA								21:00
21:30	20:45-21:15 Yuriyan	20:45-21:15 Yuriyan								21:30
22:00	【映像 定員30名】 Group Blast	【映像 定員30名】 Group Centergy								22:00
22:30	21:05-21:50 風間 儼太	21:30-22:00								22:30
23:00										23:00
23:30										23:30

・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。

マージム・プール利用時間は 21:50 まで 施設閉館時間 22:00まで

マージム・プール利用時間は 19:50 まで 施設閉館時間 20:00まで

- 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、ごさいません。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尋ねください。
- 【映像】MOSSA 今月は Group Fightです。1つのリリースを1か月間行っていきます。

- 色の枠は初めての方も安心してご利用いただけます。
- 色の枠は別室(VOLTBOX)です。別室の方をお知らせいたします。
- 色の枠は別室(VOLTBOX)に入会が必要なお子様専用です。
- 色の枠は入会日から1年未満の方限定のクラスになります。
- 色の枠はご予約が完了した予約枠です。ご参加いただけます。