


■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
■休憩日		毎週金曜日、夏期、年末年始

出カ日 2024/11/25

MEGALOS SOKA Time Line For Studio, Gym, Re-Self

時間	12/19(木)			12/21(土)			12/22(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				営業開始 9:00			営業開始 9:00
9:30	[定員制 42名]			[定員制 48名]	ミライスクール ジュニアクラス 9:00-10:00		ミライスクール キッズクラス 9:00-10:00	[映像 定員30名]	[女性専用クラス]
10:00	アドバンスエアロ 9:30-10:15 木村 淳	[定員制 30名]						[映像] Group Century 9:45-10:15	ホットヨガ・ベーシック 45 9:45-10:30 mina
10:30	[定員制 60名]			[定員制 42名]	ミライスクール キッズクラス 10:00-11:00		ミライスクール キッズクラス 10:00-11:00	[定員制 30名]	
11:00	エンジョイエアロ 10:30-11:00 木村 淳		[女性専用クラス]	パーニングエアロ 10:35-11:05 高木 愛澄				DsD 10:30-11:00 高木愛澄	
11:30	[定員制 60名]	[定員制 40名]	ホットヨガ・ベーシック 45 10:55-11:40 西内 やよい	[定員制 42名]	ミライスクール キッズクラス 11:00-12:00	ホットヨガ・ベーシック 45 11:00-11:45 松原 由香	[定員制 42名]		ホットヨガ・ベーシック 45 11:00-11:45 mina
12:00	[定員制 60名]						[女性専用クラス]	[定員制 30名]	
12:30	ZUMBA® 12:05-12:50 佐吉 真理	[定員制 40名]	ホットヨガ・ベーシック 45 12:30-13:15 やすおか ともち	[定員制 60名]	ミライスクール ジュニアクラス 12:00-13:00	ホットヨガ・ベーシック 45 12:15-13:00 小見 美香	[定員制 42名]	[定員制 20名]	スタジオヒギナース (Group Fight) 12:00-12:30 坂上 拓也
13:00	[定員制 60名]			[定員制 60名]	やさいいワリースタイル 12:30-13:00 Junko		Group Blast 12:45-13:30 坂上 拓也	[定員制 25名]	Group Fight 12:45-13:15 小島 なつ美
13:30	ワリースタイルNEXT 13:10-13:55 佐々木 弘美	[登録制]		ワリースタイルSTAGE 13:15-13:45 Junko	[定員制 25名]	スタジオヒギナース(10BIPPA) 飯島あかね 13:30-13:45	[定員制 42名]		
14:00	[定員制 60名]	シニア向け健康スクール REBORNS FIT 13:30-14:30 古宮 優至		[定員制 60名]	ZUMBA® 14:00-14:45 yuriyan	[定員制 25名]	Group Groove 13:45-14:30 小島 なつ美	[定員制 25名]	TOBIPPA 阿久津 綾 14:15-14:30
14:30	エンジョイエアロ 14:10-14:40 荒木 美絵子	[定員制 25名]		[有料定員制 40名]			[定員制 36名]	[定員制 25名]	TOBIPPA 14:45-15:15 阿久津 綾
15:00	[定員制 48名]	TOBIPPA 14:45-15:15 風間 優太		Group Fight 15:00-16:00 久保木 英雄 風間 優太・阿久津 綾	キッズ バレエスクール リトルクラス 15:00-16:00	ホットヨガ・ベーシック 45 15:15-16:00 若本 律子	Group Power 14:50-15:35 松本 裕介	[定員制 36名]	TOBIPPA 阿久津 綾 14:45-15:15
15:30	やすらぎヨーガ 15:00-15:45 荒木 美絵子	[定員制 20名]					[定員制 48名]		ホットヨガ・ベーシック 45 15:30-16:15 田丸 めぐみ
16:00		[映像] Group Blast 15:30-16:00		[有料定員制 36名]				[定員制 10名]	
16:30				Group Power 16:30-17:15 久保木 英雄	キッズ バレエスクール ジュニアクラス 16:00-17:00		トラディショナルヨーガ 16:00-16:45 宮本 知子	[定員制 10名]	VOLTBOX 16:10-16:30 松本 裕介
17:00		キッズダンス スクール キッズクラス 16:30-17:30					[定員制 60名]	[定員制 10名]	VOLTBOX 16:50-17:10 松本 裕介
17:30					キッズ バレエスクール 育成クラス 17:15-18:15		ワリースタイルSTAGE 17:00-17:30 DAISUKE	[映像 定員30名]	
18:00	キッズ 空手スクール D (無級～5級) 17:30-18:30	キッズダンス スクール ジュニアクラス 17:30-18:30						[映像] Group Century 17:45-18:15	
18:30									
19:00	キッズ 空手スクール F (4級以上) 18:40-19:40						ホットヨガ・ベーシック 45 19:00-19:45 田丸 めぐみ		
19:30									
20:00	[有料定員制 40名]	[定員制 40名]		[無料登録制]			マシジム・プール利用時間は 19:50 まで 施設閉館時間 20:00まで		
20:30	大江美貴Specialエアロ 20:00-20:45 20:55-21:25	ZUMBA 20:00-20:30 Yuriyan		ボクテイカサークル 20:00-20:30 風間 優太			■スタジオWEB予約について		
21:00	[定員制 40名]	[定員制 40名]					<ul style="list-style-type: none"> 全レッスンの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。 スタジオへの入場順は、ごさいません。開始時刻までに会場に入場ください。 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ご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、その他ご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。 		
21:30	[映像 定員20名]	ZUMBA 20:45-21:15 Yuriyan					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		
22:00		[映像] Group Blast 21:30-22:15					<p>・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。</p> 		
22:30							<ul style="list-style-type: none"> の色の枠は初めての方。安心してご利用できるクラスです。 の色の枠は難関系(VOLT)プログラムです。初めての方安心して参加いただけます。 の色のプログラムは別途申し込みが必要なホットヨガスクールです。 の色のプログラムは入会日から1年未満の方限定のクラスとなります。 の色のプログラムはご予約せずご参加いただけます。 		
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								

■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 2024/11/25

MEGALOS SOKA Time Line For Studio , Gym , Re-Self

	12/23(月)			12/24(火)			12/25(水)		
	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]	[定員制 40名]		[定員制 36名]	[定員制 40名]		[定員制 36名]	[定員制 30名]	
10:00	アドバンスエアロ 9:30-10:15 高木 愛澄	太極拳 9:30-10:00 山崎 雅昭 [予約不要 30名] カネストレップ 10:15-10:30 キリスト	ホットヨーガ・ベーシック 45 9:30-10:15 網島 美智子	エンジョイステップ 9:45-10:15 松原 恵子	気功 9:30-10:00 得字 弘美		エンジョイステップ 9:55-10:25 城谷 崇仁	トディショナルヨーガ 10:00-10:30 川谷 幸子	
10:30	[定員制 42名]	[定員制 30名]	[女性専用クラス]	[定員制 60名]	[定員制 40名]		[定員制 42名]	[女性専用/定員制 30名]	
11:00	Group Groove 10:40-11:10 坂上 拓也	やさしいピラティス 10:45-11:15 網島 美智子	ホットヨーガ・ベーシック 45 10:45-11:30 奥田 由里子	エンジョイエアロ 10:35-11:05 松原 恵子	得字 弘美		パニングエアロ 10:45-11:15 城谷 崇仁	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
11:30	[定員制 48名]	[女性専用/定員制 30名]		[定員制 60名]	[映像 定員30名]		[定員制 36名]	[映像 定員30名]	
12:00	トディショナルヨーガ 11:30-12:00 網島 美智子	～Gaze～美脚グラマラスレップ 今井 あかり		ジャズダンスSTAGE 11:35-12:20 浅野 智子	【映像】 Group Groove 11:15-11:45		Group Power 11:30-12:00 松本 裕介	【映像】 Group Fight 11:30-12:00	
12:30	[定員制 60名]	[定員制 30名]		[定員制 60名]	[登録制]		[定員制 42名]	[登録制]	
13:00	フランダース 12:30-13:15 中里 美和子	アドバンスエアロ 12:40-13:25 大江 美貴		ZUMBA 12:45-13:15 浅野 智子	シニア向け健康スクール REBORNS FIT 12:00-13:00 阿久津 瞭		アドバンスエアロ 12:45-13:30 加藤 由美子	シニア向け健康スクール REBORNS FIT 12:30-13:30 松本 裕介	
13:30	[定員制 60名]	[定員制 30名]		[定員制 40名]	[定員制 40名]		[定員制 60名]	[定員制 25名]	
14:00	ZUMBA 13:30-14:15 木村 真由美	パニングエアロ 13:45-14:15 大江 美貴		ポディデザインピラティス 13:35-14:20 Junko	歌うボイスエクササイズ ライト30 13:30-14:00 ENIWA		エンジョイエアロ 13:45-14:15 加藤 由美子	TOBIPPA 13:45-14:15 阿島 聡美	
14:30	[定員制 48名]	[定員制 30名]		[定員制 42名]	[定員制 40名]		[定員制 48名]	[定員制 25名]	
15:00	トディショナルヨーガ 14:30-15:15 金木 洋子	Group Fight 14:30-15:00 吉宮 優至		Group Fight 14:35-15:05 阿久津 瞭	歌うボイスエクササイズ レギュラー30 14:15-14:45 ENIWA		パワーヨーガ 14:45-15:30 中波 美穂	エトワールバレエ 14:45-15:30 鈴木 結花	
15:30		ジャズダンスSTAGE 15:15-16:00 増田 優子			[定員制 25名]				
16:00	キッズダンス スクール リトルクラス 15:35-16:25			ミライスクール キッズクラス 15:30-16:30	TOBIPPA 15:25-15:55 飯島 あかね				
16:30					[女性専用/定員制 30名]				
17:00	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		ミライスクール キッズクラス 16:30-17:30					
17:30								[映像 定員20名]	
18:00	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		ミライスクール ジュニアクラス 17:30-18:30				【映像】 Group Blast 17:00-17:30	
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]		[映像 定員30名]				
19:30	[有料定員42名]		ホットヨーガ・ベーシック 45 19:15-20:00 田丸 めいみ		Group Groove 19:00-19:30		[女性専用/定員制 48名]		
20:00	Group Fight 19:25-20:10 伊藤 和愛	[映像 定員30名]		[有料定員制 41名]			infinity flow 19:30-20:00 齋藤 香蓮	[有料定員制 10名]	
20:30	[有料定員35名]	【映像】 Group Groove 20:00-20:30		Group Groove 20:00-21:00 五十嵐花織・坂上拓也	[定員制 25名]	スタジオ中央クラス (TOBIPPA) 齋藤 香蓮 20:15-20:30	[定員制 36名]	VOLTBOX maximum 20:00-20:45 風間崇太・細川新太	
21:00	Group Power 20:30-21:30 伊藤和愛/原田愛蘭	[映像 定員20名]	ホットヨーガ・ベーシック 45 20:30-21:15 伊藤 朝賀	[有料定員制 35名]	[定員制 25名]		Group Power 20:15-21:00 吉宮 優至		
21:30	[有料定員36名]	【映像】 Group Blast 20:45-21:15			TOBIPPA 20:45-21:15 齋藤 香蓮			[定員制 25名]	
22:00	Group Blast 21:50-22:35 原田 愛蘭	[映像 定員30名]		Group Blast 21:20-22:05 五十嵐花織・風間崇太			[定員制 42名]	TOBIPPA 21:15-21:45 齋藤 香蓮	
22:30							Group Fight 21:20-22:05 吉宮 優至		
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								