

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] アドバンスエアロ 9:30-10:15 木村 淳	[定員制 30名] トラディショナルヨーガ 9:45-10:30 西内 やよい		[定員制 48名] トラディショナルヨーガ 9:45-10:15 中渡 美穂	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] 【映像】 Group Century 9:45-10:15	[女性専用クラス] ホットヨーガ・ベーシック 45 9:45-10:30 mina
10:00	[定員制 60名] エンジョイエアロ 10:30-11:00 木村 淳		[女性専用クラス] ホットヨーガ・ベーシック 45	[定員制 42名] パーニングエアロ 10:35-11:05 高木 愛澄	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] DsD 10:30-11:00 高木愛澄	
11:00	[定員制 60名] ZUMBA® 11:15-11:45 住吉 真理	[定員制 40名] nani aloha 11:20-11:50 木村 淳		[定員制 42名] アドバンスエアロ 11:25-12:10 高木 愛澄	ミライスクール キッズクラス 11:00-12:00		ホットヨーガ・ベーシック 45 11:00-11:45 松原 由香	[定員制 42名] パーニングエアロ 11:15-12:00 高木 愛澄	ホットヨーガ・ベーシック 45 11:00-11:45 mina
12:00	[定員制 60名] ZUMBA® 12:05-12:50 住吉 真理	[定員制 40名] やさしいフリースタイル 12:20-12:50 佐々木 弘美		[定員制 60名] やさしいフリースタイル 12:30-13:00 Junko	ミライスクール ジュニアクラス 12:00-13:00		[女性専用クラス] ホットヨーガ・ベーシック 45 12:15-13:00 小見 美雪	[定員制 30名] スタジオヒギネース (Group Fight) 12:00-12:30 坂上 拓也	
12:30	[定員制 60名] フリースタイルNEXT 13:10-13:55 佐々木 弘美	[登録制] 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] フリースタイルSTAGE 13:15-13:45 Junko	[定員制 25名] スタジオヒギネース(10BIPPA) 飯島あかね 13:30-13:45		[定員制 42名] Group Blast 12:45-13:30 坂上 拓也	[定員制 20名] Group Fight 12:45-13:15 小島 なつ美	
14:00	[定員制 60名] エンジョイエアロ 14:10-14:40 荒木 美絵子	[定員制 25名] TOBIPPA 14:45-15:15 風間 優太		[定員制 60名] ZUMBA® 14:00-14:45 yuriyan	[定員制 25名] TOBIPPA 14:00-14:30 飯島 あかね		[定員制 42名] Group Groove 13:45-14:30 小島 なつ美	[定員制 25名] TOBIPPA 阿久津 瞳 14:15-14:30	
15:00	[定員制 48名] やすらぎヨーガ 15:00-15:45 荒木 美絵子	[定員制 20名] 【映像】 Group Blast 15:30-16:00		[有料定員制 40名] Group Fight 15:00-16:00 久保木 英雄 風間 優太・阿久津 瞳	キッズ バレエスクール リトルクラス 15:00-16:00		[定員制 36名] Group Power 14:50-15:35 松本 裕介	[定員制 25名] TOBIPPA 14:45-15:15 阿久津 瞳	
15:30							ホットヨーガ・ベーシック 45 15:15-16:00 若本 律子		ホットヨーガ・ベーシック 45 15:30-16:15 田丸 めぐみ
16:00				[有料定員制 36名] 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		[定員制 48名] 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	
16:30								[定員制 10名] VOLTBOX 16:50-17:10 松本 裕介	
17:00									
17:30									
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			キッズ バレエスクール 育成クラス 17:15-18:15			[映像 定員30名] 【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						ホットヨーガ・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] 大江美貴Specialエアロ 20:00-20:45 20:55-21:25	[定員制 40名] ZUMBA 20:00-20:30 Yuriyan		[無料登録制] ボクメイカサール 20:00-20:30 風間 優太					
20:30		[定員制 40名] ZUMBA 20:45-21:15 Yuriyan							
21:00	※2本参加必須	[映像 定員20名] 【映像】 Group Blast 21:30-22:15							
21:30									
22:00									
22:30									
23:00									
23:30	マージング・プール利用時間は 23:20 まで 施設閉館時間 23:30まで			マージング・プール利用時間は 21:50 まで 施設閉館時間 22:00まで			マージング・プール利用時間は 19:50 まで 施設閉館時間 20:00まで		

サークル予約について
フロントにて登録が必要となります。
サークルにご参加希望の方はフロントまでお越しください。

・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。



- の色の枠は初めての方も安心してご利用いただけます。
- の色の枠は継続者(VOLT)プログラムです。初めての方も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ヨガ・ダンスクラスです。
- 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になります。
- の色のプログラムはご予約せずに参加いただけます。

■スタジオWEB予約について

- ・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、ご登録の開始時刻までに入場ください。
- ・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。

■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 2024/12/3

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] 太極拳 9:30-10:00 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] エンジョイステップ 9:45-10:15 松原 恵子	[定員制 40名] 氣功 9:30-10:00 得字 弘美		[定員制 36名] エンジョイステップ 9:55-10:25 城谷 崇仁	[定員制 30名] トデザインショナルヨーガ 10:00-10:30 川谷 幸子	
10:00		[予約不要 30名] グループストレッチ 10:15-10:30 キリスト		[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 10:15-11:00 得字 弘美			[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	[定員制 42名] Group Groove 10:40-11:10 坂上 拓也	[定員制 30名] やらしいピラティス 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		[映像 定員30名]		[定員制 42名] パニングエアロ 10:45-11:15 城谷 崇仁		
11:00	[定員制 48名] トデザインショナルヨーガ 11:30-12:00 網島 美智子	[女性専用/定員制 30名] ～Gaze～美脚プラスストレッチ 11:30-12:00 今井 あかり		[定員制 60名] ジャズダンスSTAGE 11:35-12:20 浅野 智子	[登録制] シニア向け健康スクール REBORNS FIT 12:00-13:00 阿久津 瞭		[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] ZUMBA 12:45-13:15 浅野 智子			[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] パニングエアロ 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] 歌うボイスエクササイズ 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	
14:00	[定員制 48名] トデザインショナルヨーガ 14:30-15:15 金木 洋子	[定員制 30名] Group Fight 14:30-15:00 吉宮 優至		[定員制 42名] Group Fight 14:35-15:05 阿久津 瞭	[定員制 40名] 歌う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
14:30									
15:00		[定員制 30名] ジャズダンスSTAGE 15:15-16:00 増田 優子			[定員制 25名] TOBIPPA 15:25-15:55 飯島 あかね				
15:30	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	[女性専用/定員制 30名] infinity flow 16:10-16:40 飯島あかね				
16:00									
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		ミライスクール キッズクラス 16:30-17:30					[映像 定員20名] 【映像】 Group Blast 17:00-17:30
17:00									
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		ミライスクール ジュニアクラス 17:30-18:30					
18:00									
18:30		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】 ホットヨーガ・ベーシック 45 19:15-20:00 田丸 めいみ		[映像 定員30名] 【映像】 Group Groove 19:00-19:30				
19:00	[有料定員42名] Group Fight 19:25-20:10 伊藤 和愛	[映像 定員30名] 【映像】 Group Groove 20:00-20:30		[有料定員制 41名] Group Groove 20:00-21:00 五十嵐花織・坂上拓也	[定員制 25名] スタジオピラティス (TOBIPPA) 【映像】 香蓮 20:15-20:30		[女性専用/定員制 48名] infinity flow 19:30-20:00 齋藤香蓮	[有料定員制 10名] VOLTBOX maximum 20:00-20:45 風間崇太・細川新太	
19:30					[定員制 25名] TOBIPPA 20:45-21:15 齋藤 香蓮		[定員制 36名] Group Power 20:15-21:00 吉宮 優至		
20:00	[有料定員35名] Group Power 20:30-21:30 伊藤和愛/原田愛蘭	[映像 定員20名] 【映像】 Group Blast 20:45-21:15	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] Group Blast 21:20-22:05 五十嵐花織・風間崇太					
20:30									
21:00									
21:30	[有料定員36名] Group Blast 21:50-22:35 原田 愛蘭	[定員制 30名] トデザインショナルヨーガ 21:50-22:20 伊藤 朝賀					[定員制 42名] Group Fight 21:20-22:05 吉宮 優至	[定員制 25名] TOBIPPA 21:15-21:45 齋藤 香蓮	
22:00									
22:30									
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								