

メガロス草加 30周年イベント 第2弾

8月9日 (土)

◆スキルアップヨガ

～アドームカシュヴァーナーサナを習得しよう～

担当：中波美穂

場所：スタジオA 9:20-10:20

2,200円(税込) 定員 30名

(最少遂行人数：6名)

お申込みはこちら↓



ヨガクラスでは必ずと言っていいほど登場するアドームカシュヴァーナーサナ(ダウンドッグ)。
全身を気持ち良く伸ばしながらリラックスして呼吸ができるので、休憩のポーズと言われています。
しかし、その気持ち良さがいまいち分からない方も多いはず！必要な筋肉を伸ばし強化しながら、
心地良くポーズをとるためのポイントをお伝えします。壁を使ったりベアワークも入れながら練習していきます。



8月9日 (土)

◆Group Fight60

担当：YUYA

場所：スタジオA 15:00-16:00

2,200円(税込) 定員42名

(最少遂行人数：5名)

お申込みはこちら→



お申込みはこちら↓



◆Group Power60

担当：YUYA

場所：スタジオA 16:30-17:30

2,200円(税込) 定員36名

(最少遂行人数：5名)

8月10日 (日)

◆高木愛澄 スペシャルエアロ75

担当：高木愛澄

場所：スタジオA

10:00-10:45/10:55-11:25

2,200円(税込) 定員40名

(最少遂行人数：6名)



お申込みはこちら↑

8月11日 (月)

◆大江美貴 スペシャルエアロ75

担当：大江美貴

場所：スタジオB

12:40-13:25/13:35-14:05

2,200円(税込) 定員30名

(最少遂行人数：6名)



お申込みはこちら↑



イベント受付方法は別紙をご確認ください。

2025年8月9日(土)～8月11日(月祝)

【有料】 メガロス草加 30周年スタジオイベント第2弾 お申込み詳細

【WEB受付期間】 2025年7月18日（金）20:00 ～ レッスン開始30分前まで

『メガロス草加ホームページ⇒ お知らせ ⇒ 【有料】8/9(土)～8/11(月祝)～メガロス草加30周年スタジオイベント～ 』

から申込可能となっております。

※受付はWEBのみになります。

※WEB受付締め切り後空き枠がある場合のみ、イベント当日にメインフロントにて受付いたします。

【ご入金方法】

クレジットカードのみ ※WEB申し込み時にクレジットカードによる決済が必要です。

【返金について】

開催日3日前の23:59までにご登録いただきましたお申込みサイトにて、手数料として550円(税込)を差し引いた金額をご返金いたします。
ご理解の上お申し込みください。(例：2,200円-550円＝1,650円のご返金)

【イベント参加料金について】

・メガロス草加会員で時間外利用の場合イベント料でイベント前後1時間施設利用可。

他店会員、会員外の方はレッスン料+2,200円（税込）で終日施設利用が可能です。

施設利用料は当日メインフロントにて入金になります。

※メガロス他店会員様(プラチナ、ゴールド会員様を除く)、その他外部の方はご来館の際にメインフロントにてロッカーキーをお渡しいたします。

【入場について】

・申込順が当日の入場順となります。

・イベント当日はレッスン開始10分前にお名前(苗字)を呼ばせていただきます。

【キャンセル待ちについて】

・キャンセル待ちご希望の方のみ、メインフロントにて受付いたします。予約状況に空きが出ましたらご連絡差し上げます。

【最小遂行人数について】

プログラムによって最小遂行人数が異なるためイベントPOPでご確認ください。



MEGALOS SOKA Time Lir for Studio , Gym , Re・Self

	8/9 (土)			8/10 (日)			8/11 (月祝)									
	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	キッズ 空手スクール 8:30-9:30		営業開始 9:00		営業開始 9:00		9:00						
9:30	【有料定員制 30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		【定員制 42名】	【定員制 40名】		9:30						
10:00	スキルアップヨガ 〜アドームカシュヴァナーサを習得しよう〜 9:20-10:20 中渡 美穂			【定員制 40名】		【女性専用クラス】 ホットヨーガ・ベーシック 45 9:45-10:30 mina	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	ホットヨーガ・ベーシック 45 9:30-10:15 川谷 幸子	10:00						
10:30	【定員制 42名】 バーニングエアロ 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		スペシャルエアロ75 ※2本受講必須 10:00-10:45/10:55-11:25 高木 愛澄	ミライスクール キッズクラス 10:00-11:00		【定員制 42名】	【映像】 Group Groove 10:30-11:00	【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	10:30						
11:00	【定員制 42名】	ミライスクール キッズクラス 11:00-12:00	ホットヨーガ・ベーシック 45 11:00-11:45 松原 由香		ミライスクール ベビーミライ 11:00-11:45	ホットヨーガ・ベーシック 45 11:00-11:45 mina	【無料登録制】 健康サークル (美姿勢) 11:30-12:00	【映像】 Group Centregy 11:30-12:00		11:00						
11:30	アドバンスエアロ 11:25-12:10 高木 愛澄		【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 36名】	【映像】 Group Fight 12:00-12:30		【定員制 60名】			11:30						
12:00	【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		Group Blast 12:30-13:15 上野 友里絵	【映像】 Group Groove 12:45-13:15					12:00						
12:30	【定員制 60名】 フリースタイルSTAGE 13:15-13:45 Junko	【定員制 25名】 スタジオヒキナス(TOBIPPA) 飯島あかね 13:30-13:45		【定員制 42名】	【定員制 25名】 スタジオヒキナス(TOBIPPA) 上野 友里絵 13:45-14:00		ZUMBA 13:30-14:15 木村 真由美			12:30						
13:00	【定員制 60名】	【定員制 25名】 TOBIPPA 14:00-14:30 飯島 あかね		Group Fight 13:50-14:35 阿久津 瞭	【定員制 25名】 TOBIPPA 14:15-14:45 上野 友里絵		【定員制 48名】 トラディショナルヨーガ 14:30-15:15 金木 洋子	【映像】 Group Fight 14:30-15:00		13:00						
13:30	【有料定員制 42名】			Group Power 14:55-15:40 松本 裕介		ホットヨーガ・ベーシック 45 15:30-16:15 田丸 めぐみ				13:30						
14:00	Group Fight60 15:00-16:00 YUYA	キッズ バレエスクール リトルクラス 15:00-16:00	ホットヨーガ・ベーシック 45 15:15-16:00 若本 律子	【定員制 48名】	【定員制 10名】 VOLTBX 16:10-16:30 松本 裕介		キッズダンス スクール リトルクラス 15:35-16:25			14:00						
14:30	【有料定員制 36名】	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】 VOLTBX 16:50-17:10 松本 裕介					14:30						
15:00	Group Power 16:30-17:30 YUYA			フリースタイルSTAGE 17:00-17:30 DAISUKE			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	【女性専用クラス】 ホットヨーガ・パワーベーシック 45 17:15-18:00 川谷 幸子 ※ 祝日の為時間変更	15:00						
15:30		キッズ バレエスクール 育成クラス 17:15-18:15					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		15:30						
16:00										16:00						
16:30		【定員制 10名】 VOLTBX 19:10-19:30 大川 尚人	ホットヨーガ・ベーシック 45 19:00-19:45 田丸 めぐみ		【無料登録制】 よさこいサークル 19:00-20:00 ※期間限定サークルとなります。日程は別途POPにて掲示。			キッズ バレエスクール 育成クラス 18:30-19:30	ホットヨーガ・ベーシック 45 18:30-19:15 伊藤 朝賀 ※ 祝日の為時間変更	16:30						
17:00		【定員制 10名】 VOLTBX 19:50-20:10 大川 尚人		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			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			17:00						
17:30				【イベントお申込みについて】 ◆受付期間 2025年7月18日 (金) 20:00 ~ レッスン開始30分前まで 『メガロス草加ホームページ』お知らせ ⇒ 【有料】8/9-8/11〜メガロス草加30周年スタジオイベント第2弾〜 』または、二次元バーコードよりご予約いただけます。 ※受付はWEBのみになります。 ※WEB受付締め切り後空き枠がある場合のみ、イベント当日にメインフロントにて受付いたします。 ◆お申込み方法 クレジットカードのみ ※WEB申し込み時にクレジットカードによる決済が必要です。 ◆ご返金について 開催日3日前の23:59までにご登録いただきましたお申込みサイトにて、手数料として550円(税込)を差し引いた金額をご返金いたします。 ご理解の上お申し込みください。(例：2,200円-550円＝1,650円のご返金) 皆様のご参加を心よりお待ちしております。												
18:00																17:30
18:30																18:00
19:00																18:30
19:30																19:00
20:00																19:30
20:30																20:00
21:00																20:30
21:30										21:00						
22:00										21:30						
22:30										22:00						
23:00										22:30						
23:30										23:00						
23:59										23:30						