MEGALOS

メガロス草加

12/19(土)～12/26(土) 周年＆クリスマス WEEK

写真撮影について

＜12/19(土)～12/26(土)の期間中はレッスン内での写真撮影可＞
・レッスン終了５分前からスタジオ内で写真撮影が可能です。
・写真撮影希望の場合は、事前に同意書の記入が必要です。
（同意書はマシンジムカウンターにて受取）

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

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

12/19(土)

スタジオA

【有料定員 40名】
陰陽ヨガ
9:15-10:15
中波 美穂
※バスタオルをご持参ください

【定員制 42名】
バーニングエアロ
10:35-11:05
高木 愛澄

【定員制 42名】
アドバンスエアロ
11:20-12:05
高木 愛澄

【定員制 60名】
やさしいフリースタイル
12:20-12:50
Junko

【定員制 60名】
フリースタイルSTAGE
13:05-13:50
Junko

【定員制 60名】
ZUMBA®
14:05-14:50
Yuriyan

【定員制 42名】
Group Fight
15:15-16:00
阿久津

【定員制 42名】
Group Groove
16:20-17:05
樋口

【有料定員 41名】
Group Fight60
18:00-19:00
布施・大川

スタジオB

ミライクスクール
ジュニアクラス
9:00-10:00

ミライクスクール
キッズクラス
10:00-11:00

ミライクスクール
ジュニアクラス
12:00-13:00

【定員制 25名】
スタジオピギナーズ(TOBIPPA)
三田村 13:30-13:45

【定員制 25名】
TOBIPPA
14:00-14:30
三田村

キッズ
バレエスクール
リトルクラス
15:00-16:00

キッズ
バレエスクール
ジュニアクラス
16:00-17:00

キッズ
バレエスクール
育成クラス
17:15-18:15

【定員制 10名】
VOLTBOX 19:00-19:20
氏川

【定員制 10名】
VOLTBOX 19:35-19:55
氏川

マシンジム利用時間は 21:50 まで
プール利用時間は 21:30まで
施設閉館時間 22:00まで

12/20(日)

スタジオA

キッズ
空手スクール
8:30-9:30

【定員制 60名】
エンジョイエアロ
10:00-10:30
高木愛澄

【定員制 42名】
バーニングエアロ
10:45-11:30
高木 愛澄

【有料定員 35名】
Group Blast60
12:00-13:00
坂井・齋藤

【有料定員 41名】
Group Fight45
13:30-14:15
坂井・坂上

【有料定員 35名】
Group Power60
14:45-15:45
山口・松本

【定員制 48名】
トラディショナルヨーガ
16:00-16:45
宮本 知子

マシンジム利用時間は 19:50 まで
プール利用時間は 19:30まで
施設閉館時間 20:00まで

スタジオB

ミライクスクール
ジュニアクラス
9:00-10:00

ミライクスクール
キッズクラス
10:00-11:00

ミライクスクール
ベビーミライク
11:00-11:45

【無料登録制】
ランニングサークル
12:30-13:00
阿久津

【定員制 25名】
スタジオピギナーズ(TOBIPPA)
阿久津 13:45-14:00

【定員制 25名】
TOBIPPA
14:15-14:45
阿久津

【定員制 10名】
VOLTBOX 16:10-16:30
大川

【女性専用クラス/定員制 5名】
VOLTBOX 16:50-17:10
大川

【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をご覧ください。

12/21(月)

営業開始 9:00

スタジオA

【定員制 42名】
アドバンスエアロ
9:30-10:15
高木 愛澄

【定員制 42名】
Group Groove
10:40-11:10
樋口

【定員制 48名】
かんたんストレッチ
11:30-12:00
樋口

【定員制 60名】
フラダンス
12:30-13:15
中里 美和子

【定員制 60名】
ZUMBA
13:30-14:15
木村 真由美

【定員制 48名】
トラディショナルヨーガ
14:30-15:15
金木 洋子

キッズダンス
スクール
リトルクラス
15:35-16:25

キッズダンス
スクール
キッズクラス
16:30-17:30

キッズダンス
スクール
ジュニアクラス
17:30-18:30

【有料定員 41名】
Group Fight60
19:45-20:45
古宮・坂上

【有料定員 40名】
Group Groove60
21:10-22:10
古宮・坂上・柏谷

スタジオB

【定員制 40名】
太極拳
9:30-10:00
山崎 雅昭

【映像 定員30名】
【映像】
Group Groove
10:30-11:00

【映像 定員30名】
【映像】
Group Centrgy
11:30-12:15

【定員制 30名】
アドバンスエアロ
12:40-13:25
大江 美貴

【定員制 30名】
バーニングエアロ
13:40-14:10
大江 美貴

【定員制 30名】
ジャズダンスSTAGE
14:25-15:10
増田 優子

【映像 定員20名】
【映像】
Group Blast
15:25-15:55

キッズ
バレエスクール
リトルクラス
16:30-17:30

キッズ
バレエスクール
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
18:30-19:30

【定員制 10名】
スタジオピギナーズ(VOLTBOX)
柏谷 20:00-20:20

【映像 定員20名】
【映像】
Group Blast
20:45-21:15

【定員制 30名】
トラディショナルヨーガ
21:35-22:05
伊藤 朝賀

12/22(火)

スタジオA

【定員制 36名】
エンジョイステップ
9:35-10:15
松原 恵子

【定員制 60名】
エンジョイエアロ
10:35-11:05
松原 恵子

【定員制 60名】
ジャズダンスSTAGE
11:20-12:05
浅野 智子

【定員制 60名】
ZUMBA
12:20-13:05
浅野 智子

【定員制 40名】
ボディデザインピラティス
13:30-14:15
Junko

【定員制 36名】
Group Blast
14:30-15:00
上野

ミライクスクール
キッズクラス
16:30-17:30

ミライクスクール
ジュニアクラス
17:30-18:30

【定員制 60名】
フリースタイルSTAGE
19:00-19:30
DAISUKE

【定員制 36名】
Group Blast
19:45-20:30
齋藤

【定員制 42名】
Group Fight
21:00-21:45
阿久津

スタジオB

【定員制 40名】
気功
9:15-9:45
得字 弘美

【定員制 40名】
太極拳
10:00-10:45
得字 弘美

ミライクスクール
ベビーミライク
11:00-11:45

【登録制】
シニア向け健康スクール
REBORNS FIT
12:00-13:00
松本

【定員制 50名】
歌うボイスエクササイズ ライト30
13:15-13:45
こーりょー

【定員制 50名】
歌うボイスエクササイズ レギュラー30
14:00-14:30
こーりょー

【定員制 25名】
TOBIPPA
15:15-15:45
齋藤

【映像 定員30名】
【映像】
Group Centergy
16:15-17:00

【映像 定員30名】
【映像】
Group Groove
17:15-17:45

【映像 定員30名】
【映像】
Group Fight
18:00-18:30

【映像 定員30名】
【映像】
Group Centergy
19:50-20:20

【定員制 25名】
TOBIPPA
21:00-21:30
齋藤

【無料登録制】
よさこいサークル
22:00-23:00
※期間限定サークルとなります。
日程は別途POPをご覧ください。

12/23(水)

スタジオA

【定員制 36名】
エンジョイステップ
9:45-10:15
城谷 崇仁

【定員制 42名】
バーニングエアロ
10:30-11:15
城谷 崇仁

【定員制 36名】
Group Power
11:30-12:00
松本

【定員制 42名】
アドバンスエアロ
12:45-13:30
加藤 由美子

【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 48名】
パワーヨーガ
14:30-15:15
中波 美穂

ミライクスクール
ジュニアクラス
17:00-18:00

ミライクスクール
ミライクRUN
18:00-19:00

【定員制 36名】
Group Power
19:45-20:30
大川

【定員制 36名】
Group Blast
21:00-21:45
齋藤

スタジオB

【定員制 30名】
トラディショナルヨーガ
09:55-10:25
川谷 幸子

【映像 定員30名】
【映像】
Group Fight
10:45-11:15

【無料登録制】
ウォーキングサークル
11:30-12:00
阿島

【女性専用/定員制 30名】
infinity flow
12:15-12:45
齋藤

【定員制 30名】
Group Groove
13:00-13:30
粕谷

【定員制 25名】
TOBIPPA
13:45-14:15
粕谷

【定員制 25名】
エトワールバレエ
14:45-15:30
鈴木 結花

【映像 定員30名】
【映像】
Group Fight
16:45-17:15

【映像 定員30名】
【映像】
Group Groove
17:45-18:15

【定員制 25名】
スタジオピギナーズ(TOBIPPA)
齋藤 19:30-19:45

【定員制 25名】
TOBIPPA
20:00-20:30
齋藤

【定員制 10名】
VOLTBOX
氏川 21:10-21:30

【定員制 10名】
VOLTBOX
氏川 21:45-22:05

12/24(木)

スタジオA

【定員制 42名】
アドバンスエアロ
9:30-10:15
木村 淳

【定員制 60名】
エンジョイエアロ
10:30-11:00
木村 淳

【定員制 60名】
ZUMBA®
11:15-11:45
住吉 真理

【定員制 60名】
ZUMBA®
12:05-12:50
住吉 真理

【定員制 60名】
フリースタイルNEXT
13:10-13:55
佐々木 弘美

【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 48名】
やすらぎヨーガ
15:00-15:45
荒木 美絵子

【定員制 40名】
エアロ75
19:15-20:00/
20:10-20:40
※2本受講必須
大江 美貴

【定員制 60名】
ZUMBA®
21:00-21:30
Yuriyan

【定員 42名】
Group Fight
21:45-22:30
大川

スタジオB

【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 40名】
nani aloha
11:15-12:00
木村 淳

【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

【登録制】
シニア向け健康スクール
REBORNS FIT
13:30-14:30
阿島

【定員制 25名】
TOBIPPA
14:45-15:15
上野

【定員制 25名】
スタジオピギナーズ(TOBIPPA)
上野 15:30-15:45

【映像 定員20名】
【映像】
Group Blast
16:00-16:45

キッズ
空手スクール
D（無級～5級）
17:30-18:30

キッズ
空手スクール
F（4級以上）
18:40-19:40

【定員制 40名】
ZUMBA®
20:15-20:45
Yuriyan

【女性専用クラス/定員制 15名】
TOBIPPA
21:00-21:30
粕谷

マシンジム利用時間は 23:20 まで プール利用時間は 23:00まで
施設閉館時間 23:30まで

12/26(土)

スタジオA

【有料定員 40名】
トラディショナルヨーガ
9:30-10:15
中波 美穂

【定員制 42名】
バーニングエアロ
10:35-11:05
高木 愛澄

【定員制 42名】
アドバンスエアロ
11:20-12:05
高木 愛澄

【定員制 60名】
やさしいフリースタイル
12:20-12:50
Junko

【定員制 60名】
フリースタイルSTAGE
13:05-13:50
Junko

【定員制 60名】
ZUMBA®
14:05-14:50
Yuriyan

【有料定員 41名】
Group Fight60
15:05-16:05
飯島・大川

【定員制 42名】
Group Groove
16:20-17:05
樋口

サークルに参加ご希望の方は登録手続きが必要です。

マシンジム利用時間は 21:50 まで
プール利用時間は 21:30まで
施設閉館時間 22:00まで

スタジオB

ミライクスクール
ジュニアクラス
9:00-10:00

ミライクスクール
キッズクラス
10:00-11:00

ミライクスクール
ジュニアクラス
12:00-13:00

【有料定員 23名】
TOBIPPA60
13:30-14:30
飯島・粕谷・三田村

キッズ
バレエスクール
リトルクラス
15:00-16:00

キッズ
バレエスクール
ジュニアクラス
16:00-17:00

キッズ
バレエスクール
育成クラス
17:15-18:15

【定員制 10名】
VOLTBOX 19:00-19:20
氏川

【定員制 10名】
VOLTBOX 19:35-19:55
氏川