

メガロスLEAN BODY ~~メガロス田端~~

ーオンラインLIVEレッスンー

メガロスLEAN BODY LIVEレッスン配信を、さらに！たくさんの皆様にお楽しみいただく為…

6月より、スタジオからお届けすることとなりました！会場はこちら！メガロス田端！

対象レッスンや参加方法を下記にてご確認ください。

対象レッスン

火曜日

13:30～14:15 YOGA45

14:30～15:15 PILATES45

水曜日

15:00～15:45 ZUMBA45

土曜日

13:10～13:40 フリースタイルSTAGE30

日曜日

16:30～17:30 フリースタイルSTAGE60

Pickupレッスン

メガロス LEAN BODYで大人気配信中！
MOSSA 60レッスンをスタジオで参加できる！メガロス各店のMOSSAインストラクターが
メガロス田端にやって来る！？

月曜日、火曜日、水曜日

21:30～22:30 各種MOSSA 60

※プログラムやインストラクターは別途スケジュールにてご確認ください。

※現在配信中の綱島店から配信の場合は映像レッスンとなります。

※オンライン配信も同時に行う関係上、左右に移動する動作の際に

ご参加の皆様が映像に映り込む可能性がございます。予めご了承の上ご参加ください。



参加方法

現在のスタジオレッスン参加方法と同様、スタジオ予約システムよりご予約ください。

その際、通常のスタジオ予約同様に予約枠は使用されます。

予約枠追加販売も行っておりますので、ぜひご活用ください！

2025/6 メガロス田端スケジュール

	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			土曜日			日曜日				
	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ		
9:30										●有料スクール●			ヘビーミライク スクール 9:00-9:45	ミライクスクール 8:00-9:00 9:00-10:00			ミライクスクール 10:15-11:00 9:00-10:00		9:30	
10:00	■定員制【45名】		◆有料会員制◆		ヘビーミライク スクール 9:45～10:30		■定員制【45名】	■定員制【45名】 ZUMBA®(30分クラス) 10:25-10:55 秋野典子 体験不可クラス	◆有料会員制◆	体験トレーニング& ストレッチスクール 9:40-10:25 渡辺美佐子	ヘビーミライク スクール 9:45～10:30		■定員制【45名】	■定員制【45名】		■定員制【45名】	■定員制【45名】	◆有料会員制◆	10:00	
10:30	太極拳 10:25-11:10 河原佳久	■定員制【45名】	ホットヨーガ・ ベーシック 10:30-11:15 山角菜穂子	■定員制【45名】	■定員制【45名】	◆有料会員制◆	太極拳 10:15-11:00 鈴木純子	■定員制【45名】		■定員制【45名】			R A N B O X 10:15-11:00 RAN	トラディショナルヨーガ 10:20-11:00 MARIKO 体験不可クラス		トラディショナルヨーガ 10:20-11:00 西内やよい	バーニングステップ 10:15-11:00 松原由香	ホットヨーガ・ ウエストシェイプ 10:20-11:20 松村結葉	10:30	
11:00	■女性限定 定員制【45名】	■定員制【45名】		■定員制【45名】	■定員制【45名】		■女性限定 定員制【45名】	■定員制【45名】		ボディメイクエアロ 10:40-11:25 渡辺美佐子	トラディショナルヨーガ 10:50-11:30 岩本律子		■定員制【45名】	■定員制【45名】		■定員制【45名】	■定員制【21名】		11:00	
11:30	Gaze美尻マシュマロヒップ 11:30-12:00 高橋裕美	■定員制【45名】		■定員制【45名】	■定員制【45名】		infinity flow 11:15-11:45 大嶋めぐみ	■定員制【45名】					■定員制【36名】	■定員制【30名】	◆有料会員制◆	■定員制【45名】	■定員制【21名】		11:30	
12:00	■定員制【45名】	■定員制【45名】	◆有料会員制◆		■定員制【45名】		■定員制【45名】	■定員制【45名】		TOBIPPA 11:40-12:10 梶田奈央	■定員制【30名】		■定員制【45名】	■定員制【45名】		■定員制【10名】	■定員制【21名】	◆有料会員制◆	12:00	
12:30	ヴォーカリズム 12:15-13:00 清水薫	■定員制【45名】	【中級】 ホットヨーガ・ ウエストシェイプ 12:15-13:00 山角菜穂子	■定員制【36名】	◆無料登録制◆		ストレッチ12:05-12:25 大嶋めぐみ	■定員制【36名】		■定員制【45名】			■定員制【45名】	■定員制【45名】		■定員制【45名】	■定員制【45名】		12:30	
13:00				■定員制【30名】	■女性限定 定員制【45名】	◆有料会員制◆		■定員制【36名】		■定員制【45名】			■定員制【45名】	■定員制【45名】	◆有料会員制◆	■定員制【45名】	■定員制【45名】		13:00	
13:30	シニア向け有料スクール REBORNS ATHLETE 13:15-14:15 宮崎くるみ	■定員制【45名】	【参加型・LIVEレッスン】 田端店スタジオにて、 メガロスLEANBODY LIVE配信中のレッスンに ご参加いただけます。 会員の方は通常の予約で ご参加が可能です。	■定員制【30名】	Gaze美脚 13:20-13:50 今井 あり			■定員制【45名】		■定員制【45名】			【映像】Group Groove 13:15-13:30 ●有料スクール●	リトモス 13:15-14:00 飯沼よしみ	◆有料会員制◆	■定員制【30名】	■定員制【45名】	【参加型・LIVEレッスン】 田端店スタジオにて、 メガロスLEANBODY LIVE配信中のレッスンに ご参加いただけます。 会員の方は通常の予約で ご参加が可能です。	13:30	
14:00		■定員制【45名】		■定員制【30名】	■定員制【45名】			■定員制【45名】		シニア向け有料スクール REBORNS SCHOOL 13:40-14:40 今井 あり	■定員制【45名】		■定員制【45名】	■定員制【45名】		■定員制【45名】	■定員制【45名】		14:00	
14:30	■定員制【45名】	■定員制【45名】		■定員制【30名】	■定員制【45名】			■定員制【45名】					■定員制【45名】	■定員制【45名】		■定員制【45名】	■定員制【45名】		14:30	
15:00		■定員制【45名】		■定員制【30名】	■定員制【45名】			■定員制【45名】		◆予約不要◆ REBORNS Start 14:55-15:10	■定員制【45名】		■定員制【45名】	■定員制【45名】	◆有料会員制◆	■定員制【36名】	■定員制【45名】		15:00	
15:30	【映像】 Group Fight 15:15-15:45				■定員制【45名】			■定員制【45名】		ボディデザイン ピラティス 15:25-15:55 盛岡尚美	■定員制【45名】		■定員制【36名】	■定員制【45名】		■定員制【36名】	■定員制【45名】		15:30	
16:00																			16:00	
16:30		ミライク スクール (キッズクラス) 16:00-17:00		【映像】 YOGA 60 15:35-16:35	ミライク スクール (キッズクラス) 16:00-17:00			ミライク スクール (キッズクラス) 16:00-17:00		やすらぎヨーガ 16:15-17:00 盛岡尚美	ミライク スクール (キッズクラス) 16:00-17:00					■定員制【30名】	ミライク スクール (ジュニアクラス) 16:00-17:00	◆有料会員制◆	16:30	
17:00																			17:00	
17:30		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 (ジュニアクラス) 17:00-18:00			ミライク スクール (ジュニアクラス) 17:00-18:00												17:30
18:00																			18:00	
18:30																			18:30	
19:00	■定員制【36名】		◆有料会員制◆	◆無料登録制◆	■定員制【45名】														19:00	
19:30	歌ってmove 19:15-19:45 縄井颯太	■定員制【45名】	ホットヨーガ・ ベーシック 19:15-20:15 房枝	【ボディメイクサークル】 19:15-19:45 キャスト ※マシンジムにて実施	ZUMBA® 19:15-20:00 木村真由美				◆有料会員制◆										19:30	
20:00	◆無料登録制◆	■定員制【45名】			■定員制【45名】														20:00	
20:30	【ウォーキングサークル】 20:00-20:30 吉岡佳介	■定員制【45名】			■定員制【45名】														20:30	
21:00		■定員制【45名】	【ビギナークラス】 入会から1年以内 のゲストが対象です		■定員制【45名】														21:00	
21:30	■定員制【30名】				■定員制【30名】														21:30	
22:00	【参加型・LIVEレッスン】 MOSSA 60 21:30-22:30	【参加型・LIVEレッスン】 田端店スタジオにて、 メガロスLEANBODY LIVE配信中のレッスンに ご参加いただけます。 会員の方は通常の予約で ご参加が可能です。		【参加型・LIVEレッスン】 MOSSA 60 21:30-22:30	【参加型・LIVEレッスン】 田端店スタジオにて、 メガロスLEANBODY LIVE配信中のレッスンに ご参加いただけます。 会員の方は通常の予約で ご参加が可能です。		【参加型・LIVEレッスン】 MOSSA 60 21:30-22:30	【参加型・LIVEレッスン】 田端店スタジオにて、 メガロスLEANBODY LIVE配信中のレッスンに ご参加いただけます。 会員の方は通常の予約で ご参加が可能です。	【ビギナークラス】 入会から1年以内 のゲストが対象です				【LIVEレッスン】 MOSSA 60 21:30-22:30						22:00	
22:30																			22:30	
23:00	【ジム利用時間】 23:10まで 【最終退館時間】 23:20 ※24時間会員様は除く																		23:00	

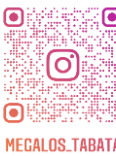
※LIVEレッスンの情報は、下記二次元コードより、ご確認をお願いいたします
※祝日スケジュールは別途回覧いたします



・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。ご予約なしのご参加は禁止しております。
※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。
・WEB予約締め切りはレッスン開始5分前まで、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、入場順はございません。開始時刻までにご入場ください。
・休講や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、メールにてお知らせいたします。

【確定版】2025年5月 メガロス田端 アクアプログラムタイムスケジュール

※レッスン実施の際は、各コースのコース設定を変更させていただきますので設置されている案内看板をご確認の上、ご利用ください。
※急遽、内容・担当者が変更になる場合がございます。予めご了承ください。

月曜日					火曜日					水曜日					木曜日					金曜日					土曜日					日曜日									
12345					12345					12345					12345					12345					12345					12345									
9:30					9:30					9:30					9:30										9:30					9:30									
【9:30 OPEN】					【9:30 OPEN】					【9:30 OPEN】					【9:30 OPEN】										【9:30 OPEN】					【9:30 OPEN】									
アクアダンス30 9:50-10:20 藤野 智秋					アクアダンス30 9:50-10:20 木山 拓郎					アクアシェイプ30 9:50-10:20 坂口 典子					LIQUID YOGA30 9:50-10:20 森 裕子					キッズスクール キッズパーソナル60 のみ開講					キッズスイミング					キッズスイミング									
ベビースクール Cクラス 10:15-11:00 Bクラス 10:30-11:15 Aクラス 11:00-11:45					REBORNS SWIM (有料登録制) 10:30-11:30					ベビースクール Cクラス 10:15-11:00 Bクラス 10:30-11:15 Aクラス 11:00-11:45					アクアアドバンス30 10:30-11:00 森 裕子										(ジュニア2) 8:00-9:00 (ジュニア1) 9:00-10:00 (キッズ) 10:00-11:00					(ジュニア1) 8:00-9:00 (キッズ) 9:00-10:00 (キッズ) 10:00-11:00									
					クロール・背泳ぎ (入門) 11:40-12:00										キッズスイミング (幼稚園) 11:00-12:00										パーソナル60 (有料) 藤野					ベビースクール Cクラス 11:15-12:00 Bクラス 11:30-12:15 Aクラス 12:00-12:45 プレキッズクラス 12:10-12:55									
森スクール					スイムトレーニング30 12:00-12:30										フィンスイム 12:10-12:30										スイムトレーニング30 12:00-12:30														
パーソナル60 (有料) 喜多見					パーソナル30 (有料) 廣畑					パーソナル30 (有料) 喜多見					パーソナル30 (有料) 久保田										スイム スクール (有料) 12:45 -13:45 中・上級 瀬本					フィン サークル (有料) 12:45 -13:45 中級 成田					フィン サークル (有料) 12:45 -13:45 上級 成田				
スイムスクール (有料登録制) 13:00-14:00 初・中級：藤野 上級：久保田 マスターズ：喜多見					スイムスクール (有料登録制) 13:00-14:00 初・中級：喜多見					スイムスクール (有料登録制) 13:00-14:00 初・中級：喜多見 上級：久保田					スイムスクール (有料登録制) 13:00-14:00 初・中級：相馬 上級：久保田										準備 13:45-14:00					スイム スクール (有料) 13:00 -14:00 初・中級 成田									
					パーソナル30 (有料) 相馬					アクアダンス30 14:10-14:40 木山 拓郎					アクアアドバンス30 14:10-14:40 Tommy.															準備 13:45-14:00					スイムスクール (有料) 14:00-15:00 初・中級：藤野 上級：久保田				
準備 14:45-					準備 14:45-					準備 14:45-					準備 14:45-										キッズ パーソナル60 (有料) 藤野					キッズ パーソナル60 (有料) 久保田					マスターズ サークル (有料) 15:00-16:00 相馬				
キッズスイミング (キッズ) 15:00-16:00					キッズスイミング (キッズ) 15:00-16:00					キッズスイミング (キッズ) 15:00-16:00					キッズスイミング (キッズ) 15:00-16:00															キッズスイミング (キッズ) 15:00-16:00									
キッズスイミング (ジュニア1) 16:00-17:00					キッズスイミング (ジュニア1) 16:00-17:00					キッズスイミング (ジュニア1) 16:00-17:00					キッズスイミング (ジュニア1) 16:00-17:00										キッズスイミング (ジュニア1) 16:00-17:00					準備 16:15-					キッズスイミング (ジュニア2) 16:30-17:30				
キッズスイミング (ジュニア2) 17:00-18:00					キッズスイミング (ジュニア2) 17:00-18:00					キッズスイミング (ジュニア2) 17:00-18:00					キッズスイミング (ジュニア2) 17:00-18:00					キッズスイミング (ジュニア2) 17:00-18:00					キッズスイミング (ジュニア2) 17:00-18:00														
キッズスイミング (ジュニア3) 18:00-19:00					キッズスイミング (ジュニア3) 18:00-19:00					キッズスイミング (ジュニア3) 18:00-19:00					キッズスイミング (ジュニア3) 18:00-19:00					キッズ パーソナル60 (有料) 藤野					キッズ パーソナル60 (有料) 久保田					キッズスイミング (ジュニア3) 18:00-19:00									
パーソナル30 (有料) 久保田										パーソナル30 (有料) 久保田																													
スイムスクール (有料登録制) 20:00-21:00 初・中級：小島 上級：成田 マスターズ：久保田					スイムトレーニング30 20:25-20:55					スイムスクール (有料登録制) 20:00-21:00 初・中級：佐藤 上級：相馬					スイムスクール (有料登録制) 20:00-21:00 初級：瀬本 中級：成田 上級：相馬										【プール：20:10 CLOSE】 【施設：20:20 CLOSE】														
					スイムトレーニング30 21:00-21:30					マスターズ サークル (有料) 21:00-22:00 相馬					フィンスイム 21:00-21:20										【プール：21:10 CLOSE】 【施設：21:20 CLOSE】														
																									↓メガロス田端 公式SNSはコチラ↓														
																																							
																									MEGALOS.TABATA					MEGALOS.TABATA.SWIMMING									
23:00					23:00					23:00					23:00																								
【プール：23:10 CLOSE】					【施設：23:20 CLOSE】																																		

フリー遊泳日	
毎月5の付く日※30分のファン系レッスン（アクアダンスなど）は開講 5/5(月・祝)・5/15(木)・5/25(日) 有料スクール・イベント・パーソナルレッスンは実施となります。 ※無料のスキル系アクアプログラムは月に最大4回開催、5回目は休講。 ※特別アクアプログラムの際には、休講となる場合がございます。	
泳法レッスン 種目 奇数月：背泳ぎ 偶数月：クロール	
アクアプログラム参加方法	
①プールカウンターのレッスン台帳に名前を記入。 （レッスン開始1時間前より受付開始。午前中のアクアは9:30～受付開始） ②レッスン開始前にプールサイドに集合（窓側コース使用） ※ファン系アクア：定員60名 フィンスイム ：定員20名	
【無料アクアご参加の皆様へ】 ■各アクアピクスの定員は60名です。 ※13名以上で2コース、27名以上で3コース使用。 【各サークルの実施について】 ■スクールカレンダーに準じます。 ※HPより、必ずご確認をお願いいたします。	
★水中運動サークル（無料登録制）★ 毎月2回開催 5/15(木) 12:10～12:50 5/26(月) 14:00～14:40	
アクアプログラム参加時の注意事項・ご案内 ■レッスン開始後5分経過したレッスンへのご参加や、 緊急時以外でのレッスンの途中退場は、安全管理上ご遠慮ください。 ■スイムスクール・サークルは、登録制（別料金）となります。	
パーソナルレッスンについて ■パーソナルレッスンの種類、料金はHPよりご確認ください。 ■ご予約は前月20日（休館日の場合は19日）より翌月分をメガロス田端HPより承ります。 お申込み後、1週間以内に券売機にてご入金いただき、プールサイドに券をお持ちください。 当月内最大2時までご予約可能です。	
施設利用時の注意事項・ご案内 ■体調チェックを行い、血圧測定を習慣づけましょう。また酒気帯び時のご利用はできません。 ■プールにはタオル・スイミングキャップ・ゴーグルをご用意ください。 各レンタル（有料）もご用意しております。詳しくはキャストまでお問い合わせください。 ■当店の許可なく携帯電話など撮影機器の使用は禁止させていただきます。ご了承ください。 ■時計、貴金属、アクセサリーなど（ゴム、布製は除く）は外してご利用いただきますようお願いいたします。 ■プールを初めてご利用になる際はキャストまで一声おかけください。 ご利用方法などご案内いたします。	