

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、ぜひご利用ください！

2025/7 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 8:00-9:00 9:00-10:00			9:30				
10:00	■定員制【45名】 太極拳 10:25-11:10 河原佳久		◆有料会員制◆ ホットヨーガ・ ベーシック 10:30-11:15 山角菜穂子		ヘビーミライク スクール 9:45～10:30		■定員制【45名】 太極拳 10:15-11:00 鈴木純子	■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◆ デトックス ワークアウト 10:30-11:15 丹憲一	■定員制【45名】 ボディメイクエアロ 10:40-11:25 渡辺美佐子		■定員制【45名】 トラディショナルヨーガ 10:50-11:30 岩本律子	■定員制【45名】 R A N B O X 10:15-11:00 RAN	■定員制【45名】 トラディショナルヨーガ 10:20-11:00 MARIKO 体験不可クラス	■定員制【45名】 トラディショナルヨーガ 10:20-11:00 西内やよい	■定員制【45名】 バーニングステップ 10:15-11:00 松原由香	◆有料会員制◆ ホットヨーガ・ ウエストシェイブ 10:20-11:20 松村結葉	10:00					
10:30		■定員制【45名】 エンジョイエアロ 10:40-11:10 松原恵子		■定員制【45名】 パワーヨーガ 11:00-11:30 町田千登勢	■定員制【45名】 エンジョイエアロ 10:50-11:20 金杉智哉	■定員制【45名】 infinity flow 11:15-11:45 大嶋めぐみ		■定員制【45名】 ZUMBA®(30分クラス) 11:10-11:40 秋野典子 体験不可クラス		■定員制【36名】 TOBIPPA 11:40-12:10 継田奈央	■定員制【30名】 パランスリセット 11:45-12:15 岩本律子		■定員制【45名】 フラダンス 11:15-11:55 福岡豊子	■定員制【45名】 エンジョイステップ 11:15-11:55 天木裕次郎 体験不可クラス		■定員制【45名】 エンジョイエアロ 11:20-11:50 松原由香		■定員制【21名】 バーニングステップ 11:15-11:45 高井景介	11:00				
11:00	■女性限定 定員制【45名】 Gaze美尻マシマロヒップ 11:30-12:00 高橋裕美	■定員制【45名】 エンジョイステップ 11:30-12:00 松原恵子		■定員制【45名】 やさしいピラティス 11:45-12:15 町田千登勢	■定員制【45名】 バーニングエアロ 11:35-12:15 金杉智哉		■定員制【45名】 ストレッチ12:05-12:25 大嶋めぐみ	■定員制【45名】 Group Power 12:00-12:30 荒井妙子		■定員制【45名】 美骨盤ヨーガ 12:30-13:00 井上彌代	■定員制【45名】 Group Fight 12:30-13:00 継田奈央	■定員制【45名】 アドバンスエアロ 12:10-12:55 縄井遼太	■定員制【45名】 アドバンスエアロ 12:10-12:55 天木裕次郎 体験不可クラス	◆有料会員制◆ オリジナル ホットピラティス 11:45-12:45 RAN	■定員制【10名】 VOLTBOX 12:05-12:25 橋本結南	■定員制【21名】 バレエ30 12:00-12:30 高井景介	◆有料会員制◆ ホットヨーガ・ ベーシック 12:15-13:15 松原由香	11:30					
11:30		■定員制【45名】 【中置】 ホットヨーガ・ ウエストシェイブ 12:15-13:00 山角菜穂子		■定員制【36名】 歌ってmove 12:30-13:00 橋本 結南	◆無料登録制◆ 【健康サークル】 12:30-13:00 今井 あかり		■定員制【36名】 TOBIPPA 12:50-13:20 荒井妙子	■定員制【45名】 バーニングエアロ 13:00-13:40 城谷崇仁		■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◆ デトックス ワークアウト 13:40-14:25 井上彌代	■定員制【30名】 フリースタイルSTAGE 13:10-13:40 DAISUKE		Group Blast 13:15-14:00 縄井遼太	■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。		●有料スクール● バレエスクール 13:00-14:00 高井景介	■定員制【45名】 Group Fight 13:40-14:25 継田奈央	12:00			
12:00	■定員制【45名】 ヴォーカリズム 12:15-13:00 清水薫	■定員制【45名】 Group Centergy 12:20-13:05 高橋裕美				◆有料会員制◆ ホットヨーガ・ ベーシック 13:00-13:45 田丸めぐみ				■定員制【45名】 シニア向け有料スクール REBORNS SCHOOL 13:40-14:40 今井 あかり	■定員制【45名】 エンジョイステップ 13:55-14:25 城谷崇仁	■定員制【45名】 アドバンスエアロ 14:15-15:00 阿部曉都	■定員制【45名】 フリースタイル 短期スクール 13:55-14:55 DAISUKE	Group Power 14:20-15:05 荒井妙子	◆有料会員制◆ ホットヨーガ・ ベーシック 14:30-15:30 Makiko	■定員制【36名】 TOBIPPA 14:50-15:20 継田奈央	【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【45名】 Group Power 12:50-13:20 九島克成	◆有料会員制◆ ホットヨーガ・ ベーシック 16:30-17:30 川谷幸子	12:30			
12:30																					12:30		
13:00																				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】 Group Fight 13:50-14:20 縄井遼太	【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】 YOGA 45 13:30-14:15 asami	■女性限定 定員制【45名】 Gaze美脚 13:20-13:50 今井 あかり					●有料スクール●	■定員制【45名】 シニア向け有料スクール REBORNS SCHOOL 13:40-14:40 今井 あかり	■定員制【45名】 エンジョイステップ 13:55-14:25 城谷崇仁	■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◆ デトックス ワークアウト 13:40-14:25 井上彌代	●有料スクール● フリースタイルSTAGE 13:10-13:40 DAISUKE	Group Blast 13:15-14:00 縄井遼太	■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。	●有料スクール● バレエスクール 13:00-14:00 高井景介	■定員制【45名】 Group Fight 13:40-14:25 継田奈央	13:30		
14:00		■定員制【45名】 ストレッチ14:30-15:00 吉岡佳介		■定員制【30名】 PILATES 45 14:30-15:15 asami									◆予約不要◆ REBORNS Start 14:55-15:10	■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】 バーニングステップ 15:15-15:45 阿部曉都	■定員制【36名】 フリースタイル 短期スクール 13:55-14:55 DAISUKE	Group Power 14:20-15:05 荒井妙子	◆有料会員制◆ ホットヨーガ・ ベーシック 14:30-15:30 Makiko	■定員制【36名】 TOBIPPA 14:50-15:20 継田奈央	【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】 フリースタイル 60 16:30-17:30 松本 真美	◆有料会員制◆ ホットヨーガ・ ベーシック 16:30-17:30 川谷幸子	14:00
14:30	■定員制【45名】 ストレッチ14:30-15:00 吉岡佳介	■定員制【45名】 Group Blast 14:40-15:10 縄井遼太											◆予約不要◆ REBORNS Start 14:55-15:10	■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】 バーニングステップ 15:15-15:45 阿部曉都	■定員制【36名】 TOBIPPA 15:25-15:55 荒井妙子	【ランニングサークル】 15:15-15:45 橋本結南				14:30		
15:00																					15:00		
15:30	【映像】 Group Fight 15:15-15:45																				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								■定員制【45名】 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		よさこい練習会 (Aチーム) 16:15-17:15	ミライク スクール (ジュニアクラス) 16:00-17:00	◆有料会員制◆ ホットヨーガ・ ベーシック 16:30-17:30 川谷幸子	◆有料会員制◆ ホットヨーガ・ ベーシック 16:30-17:30 川谷幸子	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															17:30			
18:00																				18:00			
18:30																				18:30			
19:00																				19:00			
19:30	■定員制【36名】 歌ってmove 19:15-19:45 縄井遼太		◆有料会員制◆ ホットヨーガ・ ベーシック 19:15-20:15 房枝	◆無料登録制◆ 【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	■定員制【45名】 ZUMBA® 19:15-20:00 木村真由美				◆有料会員制◆ ホットヨーガ・ ベーシック 19:45-20:30 川谷幸子	■定員制【45名】 Group Groove 19:30-20:15 西前ゆかり	◆有料会員制◆ ホットスタイル ピラティス 19:30-20:15 奥田由里子									19:30			
20:00	◆無料登録制◆ 【ウォーキングサークル】 20:00-20:30 吉岡佳介	■定員制【45名】 Group Fight 19:55-20:40 継田奈央			■定員制【45名】 トラディショナルヨーガ 20:15-20:55 伊藤朝賀	◆有料会員制◆ ホットヨーガ・ アドバンス 20:30-21:30 勝野紅音				■定員制【10名】 VOLTBOX 20:00-20:30 島田哲也	■定員制【45名】 Group Power 19:55-20:25 九島克成		■定員制【10名】 VOLTBOX 20:25-20:45 島田哲也	■定員制【45名】 Group Fight 20:30-21:15 縄井遼太					【ジム利用時間】 20:10まで 【最終退館時間】 20:20 ※24時間会員様は除く	20:00			
20:30				■定員制【10名】 VOLTBOX 20:15-20:35 橋本 結南						■定員制【36名】 TOBIPPA 20:45-21:15 九島克成	◆無料登録制◆ 【健康サークル】 20:50-21:20 吉岡佳介		■定員制【10名】 VOLTBOX 20:55-21:15 島田哲也							20:30			
21:00		■定員制【45名】 Group Blast 21:00-21:45 継田奈央	【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【10名】 VOLTBOX 20:50-21:10 橋本 結南	■定員制【45名】 やさしいピラティス 21:10-21:40 伊藤朝賀					■定員制【30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【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【10名】 VOLTBOX 20:55-21:15 島田哲也						【ジム利用時間】 21:10まで 【最終退館時間】 21:20 ※24時間会員様は除く	21:00			
21:30	■定員制【30名】 【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。		■定員制【30名】 【参加型・LIVEレッスン】 MOSSA 60 21:30-22:30	■定員制【30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】 【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【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【10名】 VOLTBOX 20:55-21:15 島田哲也						●前回との変更クラス	●参加型・L I V Eレッスン	21:30		
22:00																				●初めての方でも 安心してご参加できるクラス	●ビギナークラス ご入会から1年以内の方限定のクラス	22:00	
22:30																				●キッズスクール	●登録制スクール	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										【ジム利用時間】 23:10まで 【最終退館時間】 23:20										●有料ホットヨーガ	●バーチャル【映像】レッスン	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7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																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
9:30	【9:30 OPEN】					【9:30 OPEN】					【9:30 OPEN】					【9:30 OPEN】					キッズスクール キッズパーソナル60 のみ開講					9:30	【9:30 OPEN】					【9:30 OPEN】																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
10:00	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										10:00	キッズスイミング (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					キッズスイミング (ジュニア1) 8:00-9:00 (キッズ) 9:00-10:00 (キッズ) 10:00-11:00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
10:30	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					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										キッズスイミング (幼稚園) 11:00-12:00							10:30	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																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
11:00																										11:00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														
11:30																										11:30																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														
12:00	森スクール	パーソナル30 (有料) 喜多見				スイムトレーニング30 12:00-12:30										フィンスイム 12:10-12:30										キッズスクール キッズパーソナル60 のみ開講						12:00	スイムトレーニング30 12:00-12:30					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																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
12:30		パーソナル30 (有料) 喜多見				パーソナル30 (有料) 廣畑	パーソナル30 (有料) 小島				パーソナル30 (有料) 喜多見					パーソナル30 (有料) 久保田				12:30												スイム スクール (有料) 12:45 -13:45 中・上級 瀬本																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
13:00												パーソナル30 (有料) 廣畑					パーソナル30 (有料) 久保田															13:00	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) 13:00 -14:00 初・中級 成田																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
13:30	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🏊 上級：久保田					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																13:30	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																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
14:00																				14:00												準備 13:45-14:00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
14:30																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								</