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

日曜日

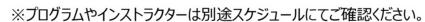
16:30~17:30 フリースタイルSTAGE60

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

月曜日、火曜日、水曜日

21:30~22:30 各種MOSSA 60



- ※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。

fight acoose.



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!

【確定版】 2025/12 メガロス田端スケジュール

	店舗情報(通常)							
	■営業時間	月曜日~木曜日	9:30~23:20					
		土曜日	9:30~21:20	マシン・プール利用 営業終了10分前まで				
		日曜日	9:30~20:20	日来にリエの方面はて				
	■休館日	毎週金曜日、夏期、年末年始						

		日曜日			小曜日			小陸口			★曜□			+曜口			口啜口	
	· ·	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	ルフレ	スタジオム	スタジオB	ルフレ	スタジオA	スタジオB	ルフレ	スタジオA	スタジオB	ルフレ	スタジオA ベビーミライク	スタジオB	ルフレ	スタジオム	スタジオB	ルフし
										●有料スクール●			スクール	ミライクスクール		'	ミライクスクール	
										体幹トレーニング&			9:00-9:45	8:00-9:00			8:00-9:00	
			別		ベビーミライク	別			別	ストレッチスクール	ベビーミライク	別		9:00-10:00	別	1	9:00-10:00	另
			773		スクール	73.3	■定員制[45名]		""	9:40-10:25	スクール	73.3	■定員制[45名]		733		■定員制[45名]	"
•	定員制【45名】	■定員制【45名】	途		9:45-10:30	途		■定員制[45名]	途	渡辺美佐子	9:45-10:30	途		■定員制[45名]	途	■定員制[45名]	-	泛
			~			~~·	太極拳	ZUMBA®(30分クラス)	~			~	RANBOX	トラディショナルヨーガ	\ <u>\{\text{\cdot}}{\tau}\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\</u>	トラディショナルヨーガ	バーニングステップ	~
	太極拳	エンジョイエアロ			■定員制[45名]		10:15-11:00	10:25-10:55 秋野典子		■定員制[45名]	■定員制[45名]		10:15-11:00	10:20-11:00 MARIKO		10:20-11:00	10:15-11:00	
1	0:25-11:10 河原佳久	10:25-11:05 松原恵子	ル	■定員制[45名]		ル	鈴木純子	体験不可クラス	ル	ボディメイクエアロ	■足貝術(43石)	ル	RAN	体験不可クラス	ル	西内やよい	松原由香	J
	河原往久		,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	パワーヨーガ	エンジ∃イエアロ 10:50-11:20	,,,		■定員制[45名]		10:40-11:25	トラディショナルヨーガ	"			,,,			
		■定員制【45名】	フ	11:00-11:30	金杉智哉	フ	■女性限定 定員制[40名]	ZUMBA®(30分クラス)	フー	渡辺美佐子	10:50-11:30	フ	■定員制[45名]	■定員制【45名】	フ	■定員制【45名】	■定員制【21名】	7
女性	限定 定員制【40名】		1 / /	町田千登勢			infinity flow	11:10-11:40 秋野典子			岩本律子		フラダンス	エンジョイステップ		エンジョイエアロ	バレエ30(バーレッスン)	
iaze	美尻マシュマロヒップ	エンジョイステップ	レレ	■定員制[45名]	■定員制[45名]	レ	11:15-11:45 大嶋めぐみ	体験不可クラス	レー	■定員制【36名】	■定員制【30名】	レ	11:15-11:55	11:15-11:55 天木裕次郎	レ	11:20-11:50	11:15-11:45 高井景介	レ
	11:30-12:00	11:20-12:00 松原恵子			バーニングエアロ					TOBIPPA		•	福岡景子	体験不可クラス		松原由香	1017130071	•
	高橋裕美		ス	やさしいピラティス 11:45-12:15	11:35-12:20	ス	■定員制[45名]	■定員制【45名】	ス	11:40-12:10	バランスリセット 11:45-12:15	ス			ス	■定員制【10名】	■定員制【21名】	ス
	■定員制【45名】	+======================================		町田千登勢	金杉智哉	• •	ストレッチ12:05-12:25	Group Power		継田奈央	岩本律子		■定員制【45名】	■定員制[45名]	• •	VOLTBOX 12:05-12:25	バレエ30(センターレッスン)	
		■定員制【45名】	ケーケー		1	ケ	大嶋めぐみ	12:00-12:30 荒井妙子	ケー	■中日朝[4F办]	■中国組/4Fが1	ケ	Group Eight	アドバンスエアロ	ケ	橋本結南	12:00-12:30 高井景介	ケ
	ヴォーカリズム	Group Centergy		■定員制【10名】	◆無料登録制◆			ボガジザ		■定員制[45名]	■定員制[45名]		Group Fight 12:10-12:55	12:10-12:55	, ,	■定員制[10名] VOLTBOX 12:30-12:45	向并录기	•
1	2:15-13:00 清水薫	12:20-13:05	ジ	■足貝砌(10名) VOLTBOX	◆無料豆球刷◆	ジ	■定員制【36名】		ジ	美骨盤ヨーガ 12:30-13:00	Group Fight 12:30-13:00	ジ	縄井颯太	天木裕次郎 体験不可クラス	ジ	横本結南	4	ーージ
	用小無	高橋裕美		12:40-13:00	12:40-13:00		TOBIPPA	■定員制[45名]		井上菊代	継田奈央			THE IT プンノハ		●有料スクール●	■定員制【45名】	
	±837.5 " -		그	橋本 結南	今井あかり	ュ	12:50-13:20		그			그	■定員制【45名】	- 中日都7	ュ		Group Fight	그
_	●有料スクール●				■女性限定 定員制[40名]	1	荒井妙子	バーニングエアロ	1	【映像】Group Groove	■定員制[45名]	1	フリースタイルSTAGE	■定員制【45名】	1		13:00-13:30	1
				■定員制【30名】	Gaze美脚	'		13:00-13:40 城谷崇仁		13:15-13:30	リトモス	'	13:10-13:40	Group Blast	'	バレエスクール	継田奈央	_ '
	ア向け有料スクール		ル		13:20-13:50	ル	●有料スクール●	-MUN-	ル	●有料スクール●	13:15-14:00	ル	DAISUKE	13:15-14:00	ル	13:00-14:00 高井景介		ル
	30RNS ATHLETE 13:15-14:15	■定員制[45名]		YOGA 45	今井あかり			■定員制[45名]	_		飯沼よしみ	.	●有料スクール●	繩井颯太		pay 1 ACT	■定員制[45名]	
	キャスト	Group Fight	を	13:30-14:15 asami		を	シニア向け有料スクール	- 220014343	を	シニア向け有料スクール		を	CHANN NO		を		4	を
		13:50-14:20		usum	■定員制[45名]		REBORNS SCHOOL	エンジョイステップ		REBORNS SCHOOL	■定員制[45名]		フリースタイル			1	Group Blast	
		縄井颯太	ご	■定員制【30名】	フリースタイル	ご	13:40-14:40 キャスト	13:55-14:35 城谷崇仁	ご	13:40-14:40 キャスト		ご	短期スクール	■定員制[45名]	ご	'	13:50-14:35 継田奈央	こ
				■定員制[30名]	14:10-14:55		TINI	福甘未1		TIAL	アドバンスエアロ		13:55-14:55	Group Power		1	1	
	【映像】 Group Groove		確	PILATES 45	松本真実	確			確		14:15-15:00 阿部暁都	確	DAISUKE	14:20-15:05	確		ĺ	確
	14:30-15:00			14:30-15:15			■定員制【30名】		=37	♦予約不要♦	門面的社會	===		荒井妙子		■定員制【36名】	■定員制【45名】	
			認	asami		認	= ALMINISO(1)		認	REBORNS Start		認			認			認
				•			ZUMBA®			14:55-15:10	■定員制[45名]			◆無料登録制◆		TOBIIPA 15:00-15:30	Group Power 15:00-15:30	
	【映像】					<	15:00-15:45		<	■定員制[45名]	バーニングステップ	<	■定員制【36名】	【ランニングサークル】	<	継田奈央	星風矢	<
	Group Fight 15:15-15:45		, //			1.0	石島 彩		4.	ボディデザイン ピラティス	15:15-15:45 阿部暁都	2.0	TOBIPPA	15:15-15:45 橋本結南				
	13.13 13.43		だ /			だ		-	だ	15:25-15:55	トコロトルと対ト	だ	15:25-15:55 荒井妙子	1四个4日時	だ	'		だ
				【映像】					ا بد	盛園尚美		ا بد	710/130/3			'		
			さ / /	YOGA 60		さ			さ	■定員制[45名]		さ			さ	'		さ
		ミライク		15:35-16:35	ミライク		ミライクダンス	ミライク	,,		ミライク			ミライク			ミライク	
		スクール	い / /		スクール	い	スクール	スクール	い	やすらぎヨーガ	スクール	い		スクール	い	■定員制【30名】	スクール	い
		(キッズクラス) 16:00-17:00	°/		(キッズクラス) 16:00-17:00	•	(キッズクラス) 16:00-17:00	(キッズクラス) 16:00-17:00	0	16:15-17:00	(キッズクラス) 16:00-17:00			(ジュニアクラス) 16:00-17:00			(ジュニアクラス) 16:00-17:00	•
		22.00 27.00			23.00 27.00		23.00 27.00	22,00 27.00		盛園尚美	27.00			22.00 27.00		フリースタイル 60	22.20 27.30	
	-		【参加型・LIVEレッスン】													16:30-17:30		
		SE /A	田端店スタジオにて、		>= /A			>= /h			2= /2					松本 真美	<u> </u>	
		ミライク スクール	メガロスLEANBODY		ミライク スクール		ミライクラン	ミライク スクール			ミライク スクール						<u> </u>	
		(ジュニアクラス)	LIVE配信中のレッスンに		(ジュニアクラス)		17:00-18:00	(キッズクラス)			(ジュニアクラス)					N		
		17:00-18:00	ご参加いただけます。 会員の方は通常の予約で		17:00-18:00			17:00-18:00			17:00-18:00							
			会員の方は通常の予約で ご参加が可能でございます。															
			CSNIN JURG (CCCAR)													【参加型LIVEレッスン】		
																田端店スタジオにて、		
											ミライクラン					メガロスLEANBODY	, I	
											18:00-19:00					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 ご参加が可能でございます。		
					■定員制【45名】											こシガルバ中川にてこさいます。		
		■定員制【45名】			7,		■定員制【36名】	◆無料登録制◆			■定員制[45名]							
	-	Group Blast	1		ZUMBA® 19:15-20:00		ТОВІРРА	[ボディメイクサークル]								'		
		19:30-20:00			19:15-20:00 木村真由美		19:30-20:00	19:30-20:00			Group Groove					'		
_		繩井颯太]				九島 克成	星風矢			19:30-20:15					【ジム利用時間】 20:	.10まで	
Ī				■定員制[45名]	■定員制[45名]						西前ゆかり						.106で :20 ※24時間会員様は	よ除く
	[映像]	■定員制【45名】]	= ~ × 47 (47 (1)	- ALPHIN (43/0)					■定員制【10名】								
	Group Centergy 20:00-20:30	Group Fight		Group Fight	トラディショナルヨーガ		■定員制【10名】	■定員制【45名】	-	VOLTBOX 20:25-20:45	■定員制[45名]							
	20.00-20.30	20:20-21:05		20:15-21:00	20:15-20:55		VOLTBOX	Group Centergy		SB田哲也	· ·					4		
		繩井颯太		星風矢	伊藤朝賀		20:30-21:00 島田哲也	20:30-21:00 婚末結南	F	■女性限定 定員制[8名]	Group Fight 20:30-21:15		【ジム利用時間】 21:					
			-		- 中日村 ()		島田宮田	橋本結南	L	VOLTBOX 20:55-21:15	20:30-21:15 継田奈央		【最終退館時間】21:	20 ※24時間会員様	は除く			
					■定員制[45名]					島田哲也						<mark></mark>		
	■定員制【30名】			■定員制【30名】	やさしいピラティス 21:10-21:40		■定員制【30名】		Γ				●前回との変更クラス			●参加型・LIVEレ	ッスン	
	- white (2041)			= ~ × 40/130-01	21:10-21:40 伊藤朝賀		- 元元明[30日]		-									
		【参加型・LIVEレッスン】						【参加型・LIVEレッスン】										
	参加型・LIVEレッスン】	田端店スタジオにて、		【参加型・LIVEレッスン】	【参加型・LIVEレッスン】		【参加型・LIVEレッスン】	田端店スタジオにて、		【LIVEレッスン】			●初めての方でも			●ビギナークラス		
	MOSSA 60	メガロスLEANBODY		MOSSA 60	田端店スタジオにて、		MOSSA 60	メガロスLEANBODY		MOSSA 60			安心してご参加でき	るクラス		ご入会から1年以内	の方限定のクラス	
	21:30-22:30	LIVE配信中のレッスンに		21:30-22:30	メガロスLEANBODY		21:30-22:30	LIVE配信中のレッスンに		21:30-22:30								
		ご参加いただけます。			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			ご参加いただけます。			会員の方は通常の予約で					●キッズスクール			●登録制スクール		
		ご参加が可能でございます。			会員の方は通常の予約で			ご参加が可能でございます。										
	1,1				ご参加が可能でございます。													
										I So I Tilmanana						- 10"		
ジム	ム利用時間】 23	3:10まで								【ジム利用時間】 23	::10まで		●有料ホットヨーガ			● バーチャル【映像】レ	ッスン	

- ※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。
- ※参加型LIVEレッスンは、田端店で投影の際のみご予約が必要です。(他店舗での配信は、ご予約不可)
- ※祝日スケジュールは別途回覧いたします。※有料にてスタジオレンタル利用可能、お申込みの際はキャストまで



・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。ご予約なしで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

- ルッスンテ約公開期間は、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。

12月 メガロス田端店ルフレスケジュール										
	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	土曜日	日曜日	1			
9:30	75.2.2	7,721					9:30			
						【定員8名】				
	******		******			【中温】 ホットヨーガ・				
10:30	[定員8名]		【定員8名】		【定員8名】	ウェストシェイプ 松村絵葉	10:30			
	ホットヨーガ ・ ベーシック	【定員8名】	ワークアウト	【定員6名】	ベーシック	10:00-10:45				
11:00	山角菜穂子 10:30-11:15	ホットヨーガ・ ベーシック	10:30-11:15 丹 憲一 【定員5名】 スタジオA	Reformer Pilates Total Basic	Makiko 10:30-11:30		11:00			
11.20	【定員5名】	田丸めぐみ 10:45-11:30	infinity flow	10:45-11:30			11.20			
11:30	スタジオA11:30-12:00		11:15- 11:45				11:30			
	Gaze美尻マシュマロヒップ 【中温】【定員8名】	【定員8名】 ホットヨーガ・	[mace)	【定員6名】 Reformer Pilates	【定員8名】					
12:00	ホットヨーガ・ベーシック 山角菜穂子	ベーシック 田丸めぐみ	【定員6名】 Reformer Pilates	Total Basic 11:45-12:30	オリジナル ホットピラティス	【定員8名】	12:00			
12:30	11:45-12:30	11:45-12:30	Total Basic 12:10-12:55 牛鼻千夏	RAN	RAN 11:45-12:45	ホットヨーガ・	12:30			
					221.15 22.15	ベーシック 松原由香				
13:00		【定員5名】	【定員6名】 Reformer Pilates		【定員6名】	12:15-13:15	13:00			
13:30	【定員6名】	スタジオB Gaze美脚	Total Basic 13:10-13:55		Reformer Pilates Total Basic		13:30			
	Reformer Pilates Total Basic	13:20-13:50	牛鼻千夏	【定員8名】 デトックス	13:15-14:00					
14:00	13:30-14:15 櫻井美里	【定員6名】		ワークアウト 井上菊代	IOH -		14:00			
14:30		Reformer Pilates Total Basic		13:40-14:25			14:30			
	【定員6名】 Reformer Pilates	14:10-14:55	「中国の内)		[
15:00	Total Basic	IA/IA	【定員6名】 Reformer Pilates		【定員6名】 Reformer Pilates		15:00			
15:30	14:45-15:30 櫻井美里		Total Basic 15:00-15:45		Total Basic 15:00-15:45		15:30			
			松平晶子 🖁 🛡		大里茉莉 👹 🖥					
16:00							16:00			
16:30						【定員8名】	16:30			
					【定員8名】	ホットヨーガ・ ベーシック				
17:00					ホットヨーガ・	16:30-17:30 川谷幸子	17:00			
17:30					ベーシック 宮嶋敦子	川田辛丁	17:30			
40.00					17:00-18:00		40.00			
18:00							18:00			
18:30							18:30			
10.00		【定員6名】					10.00			
19:00	【定員8名】	Reformer Pilates					19:00			
19:30		Total Basic 19:00-19:45 伊藤 朝賀	******				19:30			
	ホットヨーガ・ベーシック 19:15-20:15	17*88 ¥0.54, W	【定員8名】	【定員8名】						
20:00	房枝		ホットヨーガベーシック 19:45-20:30	ホットスタイルピラティス 19:30-20:15			20:00			
		[mage 41	川谷 幸子	奥田 由里子						
20:30		【定員8名】	【定員8名】	【定員2名】	1		20:30			
24.00	【定員6名】	ホットヨーガ・ アドバンス	ホットヨーガ・	スタジオA			24.00			
21:00	Reformer Pilates Total Basic	勝野 紅音 20:30-21:30	アドバンス 川谷幸子	VOLTBOX 20:55-21:15		ntal Pacie white	21:00			
21:30	21:00-21:45 微笑 いずみ		20:45-21:30			otal Basic の基本の動き』を	21:30			
21.30	100× 019 0					アプローチをかけていく動き め付き靴下の着用が必須	21.30			
22:00					□45分 Hi	p & Legs	22:00			
					マシンピラ お尻と脚に向けて集中的					
22:30					の元CMP1に回りて来中は ※こちらのクラスは滑り止	か付き整下の着用が必須	22:30			
22:30						度 中温34度 湿度65%	22:30			
23:00					ベーシック:強度★★★	て アドハンス:強度★★	23:00			
23.00						ジオレッスン 5ムは、シューズマークあり	25.00			
					シューヘルの女なノログ	ングロッ・ンゴーン イーンのい				

担当インストラクターの都合により、急な休講・代行・代替の可能性がございます。HP、専用アプリ、メールなどをご覧ください。ホットヨーガ受講の際、1リットル以上の水分とタオルをご持参ください。(ホットヨガご利用の場合のみタオルレンタル無料でしていただけます。その他ご利用用途の場合は有料となります。オブション・レンタルをご利用ください。)スタジオレッスン参加時には内履きをご持参ください。(お履き物を履いて館内の移動をお願いいたします。)全てのレッスンは、3週間先の同時刻に終了するレッスンより公開します。マンピラティスで予約時は、必ずピラティス靴下をご持参ください。体調不良を感じた際は、直ちに担当インストラクター、スタッフにお申し出ください。事故については、当社の責めに帰すべき事由による場合を除き一切の責任を負いかねます。

【祝日のレッスン時間変更について】
①19:00台に開始のクラスは、一律で1時間早く実施させていただきます。
②20:00台以降のクラスは、休鶴とさせていただきます。

予約方法	・ルフレ専用スタジオ予約システムにてご予約お願いします。※電話予約不可・ご予約は、1日1回ルフレレッスンが受講できます。 ・全てのレッスンは、21日前のレッスン終了時刻と同時刻に予約公開 ・レッスンを一つ消化毎に次のご予約が可能です。 ・レッスン開始5分前までご予約が可能です。レッスン開始30分前までキャンセル可能です。 ・キャンセル待ちご登録の場合は、キャンセル発生後ご登録のメールに送信します。 ・無断キャンセルが多い場合は今後のご予が出来なくなる恐れがあります。 ・レッスン開始10分前には入場となりますので、室内履きをお履きの上、4階スタジオ前でお待ちください。 ・レッスン開始10分前には入場となります。					
	届出方法	届出期限・ルール				
休会	WEB(まいMegaネット) フロント	1ヶ月レッスンを休むことができる制度です。 手続きは、休会希望月の前月10日までとなります。 休会料1ヶ月2,420円(税込)				
退会	WEB(まいMegaネット) フロント	手続きは、退会される当月10日までとなります。 ※10日が休館日の場合、フロント受付は前営業日までとなります。				
	<u> </u>					

会員種別	税抜金額 (税込金額)	利用方法·条件等
ルフレ	13,800円 (15,180円)	女性専用会員種別。 1日1回月間の受講回数制限なくルフレレッスンが受講でき、レッ
ルフレ U-39	12,200円 (13,420円)	スン受講前後1時間はロッカー、スパの利用可。同時予約可能数 は8回。
ルフレ U-29	11,200円 (12,320円)	U-39は39歳以下、U-29は29歳以下の方が対象。
ルフレ ジム&スパ	15,300円 (16,830円)	女性専用会員種別。 1日1回月間の受講回数制限なくルフレレッスンが受講でき、レッ
ルフレ ジム&スパ U-39	13,700円 (15,070円)	スン受講日に関わらずマシンジムエリア、ロッカー、スパの利用可。同時予約可能数は8回。
ルフレ ジム&スパ U-29	12,700円 (13,970円)	U-39は39歳以下、U-29は29歳以下の方が対象。
ルフレ4	10,800円 (11,880円)	女性専用会員種別。
ルフレ4 U-39	9,200円 (10,120円)	1日1回月4回のルフレレッスンが受講でき、レッスン受講前後1 時間はロッカー、スパの利用可。同時予約可能数は4回。
ルフレ4 U-29	8,200円 (9,020円)	U-39は39歳以下、U-29は29歳以下の方が対象。
ルフレ4 ジム&スパ	12,300円 (13,530円)	女性専用会員種別。 1日1回月4回のルフレレッスンが受講でき、レッスン受講日に関
ルフレ4 ジム&スパ U-39	10,700円 (11,770円)	わらずマシンジムエリア、ロッカー、スパの利用可。同時予約可能数 は4回。
ルフレ4 ジム&スパ U-29	9,700円 (10,670円)	U-39は39歳以下、U-29は29歳以下の方が対象。

研艺制引	2つ以上の会員種別を併学される場合、月会費が825円(税込)割引されます。 ※一部対象外の会員種別あり
------	--

手続き受付時間	月~木曜 11:00~20:00 土・日・祝 10:00~18:00 ※毎週全曜 酉期.年生年始.休館	通常営業時間	土曜	9:30~23:20 9:30~21:20 9:30~20:20
	※毎週金曜、夏期·年末年始 休館		日曜・祝日	$9:30\sim20:20$