

2026/5 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	マシンプール利用 営業終了10分前まで
	土曜日	9:30～21:20	
	日曜日	9:30～20:20	
■休館日	毎週金曜日、夏期、年末年始		

時間	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	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									
9:30																											
10:00	■定員制[45名]	■定員制[45名]	別 途 、 ル フ レ ス ケ ジ ユ ー ル を ご 確 認 く だ さ い 。		ベビーミライクス スクール 9:45～10:30	別 途 、 ル フ レ ス ケ ジ ユ ー ル を ご 確 認 く だ さ い 。	■定員制[45名]			●有料スクール●			ベビーミライクス スクール 9:00-9:45	ミライクススクール 8:00-9:00 9:00-10:00	別 途 、 ル フ レ ス ケ ジ ユ ー ル を ご 確 認 く だ さ い 。	■定員制[45名]	ミライクススクール 8:00-9:00 9:00-10:00	別 途 、 ル フ レ ス ケ ジ ユ ー ル を ご 確 認 く だ さ い 。									
10:30	水曜拳 10:25-11:10 河原佳久	エンジョイエアロ 10:25-11:05 松原恵子					■定員制[45名]		太極拳 10:15-11:00 山崎雅昭	ZUMBA®(30分クラス) 10:25-10:55 秋野典子 体験不可クラス		■定員制[45名]				■定員制[45名]				■定員制[45名]	トナ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]	トナ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		
11:00							■定員制[45名]		■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	■定員制[45名]					■定員制[45名]					
11:30	■女性限定 定員制[40名] Gaze美尻マッシュロビップ 11:30-12:00 高橋裕美	エンジョイステップ 11:20-12:00 松原恵子					■定員制[45名]		■定員制[45名]			■定員制[45名]				■定員制[45名]											
12:00	■定員制[45名]	■定員制[45名]					■定員制[45名]		■定員制[45名]			●有料スクール●				■定員制[45名]											
12:30	ウォーカリズム 12:15-13:00 清水薫	Group Centergy 12:20-13:05 高橋裕美					■定員制[10名]		■定員制[45名]			■定員制[36名]				■定員制[45名]											
13:00	●有料スクール●						VOLTBOX 12:40-13:00 橋本結南		■定員制[36名]			■定員制[45名]				■定員制[45名]											
13:30	シニア向け有料スクール REBORNS SCHOOL 13:15-14:15 キャスト	■定員制[45名]					【変更】■定員制[30名] YOGA 45 13:30-14:15 asami		■定員制[45名]			■定員制[45名]				【映像】Group Groove 13:15-13:30 ●有料スクール●											
14:00		Group Fight 13:50-14:20 岡部航大					【変更】■定員制[30名] 【参加型・LIVEレッスン】 PILATES 30 14:30-15:00 asami		■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 キャスト											
14:30	【映像】 Group Groove 14:30-15:00						【参加型・LIVEレッスン】 PILATES 30 14:30-15:00 asami		■定員制[30名]			■定員制[45名]					フリースタイル 14:20-15:05 阿部暁都										
15:00										■定員制[45名]				フリースタイル 13:55-14:55 DAISUKE													
15:30	【映像】 Group Fight 15:15-15:45									【参加型・LIVEレッスン】 15:00-15:45 Group Fight RYUJI				Group Power 14:20-15:05 荒井紗子													
16:00					【映像】 YOGA 60 15:35-16:35									Group Power 15:00-15:30 星風矢													
16:30	ミライクス スクール (キッズクラス) 16:00-17:00									ミライクス スクール (キッズクラス) 16:00-17:00				Group Power 15:00-15:30 星風矢													
17:00										ミライクス スクール (キッズクラス) 16:00-17:00				Group Power 15:00-15:30 星風矢													
17:30		ミライクス スクール (ジュニアクラス) 17:00-18:00								ミライクス スクール (ジュニアクラス) 17:00-18:00				Group Power 15:00-15:30 星風矢													
18:00														Group Power 15:00-15:30 星風矢													
18:30														Group Power 15:00-15:30 星風矢													
19:00														Group Power 15:00-15:30 星風矢													
19:30		■定員制[45名]												Group Power 15:00-15:30 星風矢													
20:00		Group Blast 19:30-20:00 岡部航大												Group Power 15:00-15:30 星風矢													
20:30		■定員制[45名]												Group Power 15:00-15:30 星風矢													
21:00		Group Fight 20:20-21:05 岡部航大												Group Power 15:00-15:30 星風矢													
21:30														Group Power 15:00-15:30 星風矢													
22:00														Group Power 15:00-15:30 星風矢													
22:30														Group Power 15:00-15:30 星風矢													
23:00														Group Power 15:00-15:30 星風矢													
	【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						【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														

※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閲覧いたします。※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。

2026.5月 メガロス田端店ルプレスケジュール

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	土曜日	日曜日	
9:30							9:30
10:30	[定員8名] ホットヨーガ・ ベーシック 10:30-11:15 山角菜穂子	[定員8名] ホットヨーガ・ ベーシック 10:45-11:30 田丸めぐみ	[定員8名] テトックス ワークアウト 10:30-11:15 丹 薫一	[定員6名] Reformer Pilates Total Advance 10:45-11:30 RAN	[定員8名] ホットヨーガ・ ベーシック 10:30-11:30 Makiko	[定員8名] 【中道】 ホットヨーガ・ ウェストシェイブ 松村繪葉 10:00-10:45	10:30
11:00	[定員5名] スタジオA11:30-12:00 Gaze美尻マッシュマロヒップ	[定員8名] ホットヨーガ・ ベーシック 11:45-12:30 田丸めぐみ	[定員6名] Reformer Pilates Total Basic 12:10-12:55 牛岡千夏	[定員6名] Reformer Pilates Total Basic 11:45-12:30 RAN	[定員8名] オリジナル ホットピラティス 11:45-12:45 RAN		11:00
12:00	[中道][定員8名] ホットヨーガ・ベーシック 11:45-12:30 山角菜穂子	[定員8名] ホットヨーガ・ ベーシック 11:45-12:30 田丸めぐみ	[定員6名] Reformer Pilates Total Basic 12:10-12:55 牛岡千夏	[定員6名] Reformer Pilates Total Basic 11:45-12:30 RAN	[定員8名] ホットピラティス 11:45-12:45 RAN	[定員8名] ホットヨーガ・ ベーシック 12:15-13:15 松原由香	12:00
12:30			[定員6名] Reformer Pilates Hip & Legs 13:10-13:55 牛岡千夏		[定員6名] Reformer Pilates Total Basic 13:15-14:00 RAN		12:30
13:00							13:00
13:30	[定員6名] Reformer Pilates Total Basic 13:30-14:15 櫻井美里	[定員6名] Reformer Pilates Total Basic 14:10-14:55 櫻井美里		[定員8名] テトックス ワークアウト 13:40-14:25 井上菊代			13:30
14:00							14:00
14:30	[定員6名] Reformer Pilates Total Advance 14:45-15:30 櫻井美里						14:30
15:00							15:00
15:30							15:30
16:00							16:00
16:30						[定員8名] ホットヨーガ・ ベーシック 16:30-17:30 川谷幸子	16:30
17:00					[定員8名] ホットヨーガ・ ベーシック 17:00-18:00 宮嶋敬子		17:00
17:30							17:30
18:00							18:00
18:30							18:30
19:00	[定員8名]	[定員6名] Reformer Pilates Total Basic 19:00-19:45 伊藤朝賀	[定員8名]	[定員8名]			19:00
19:30	[定員8名] ホットヨーガ・ベーシック 19:15-20:15 房枝		[定員8名] ホットヨーガ・ベーシック 19:45-20:30 川谷幸子	[定員8名] 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							20:00
20:30		[定員6名] Reformer Pilates Total Advance 20:00-20:45 櫻井美里	[定員8名]				20:30
21:00		[定員6名] Reformer Pilates Total Basic 21:00-21:45 櫻井美里	[定員8名] ホットヨーガ・ アドバンス 20:45-21:30 川谷幸子	[定員2名] スタジオA 20:55-21:15 VOLTBOX			21:00
21:30						□45分 Total Basic マシンプラティスの『基本の動き』を 上半身下半身の筋肉にアプローチをかけていく動き ※こちらのクラスは滑り止め付き靴下の着用が必須	21:30
22:00						□45分 Total Advance マシンプラティスの『応用の動き』を 上半身下半身の筋肉にアプローチをかけていく動き ※こちらのクラスは滑り止め付き靴下の着用が必須	22:00
22:30						□45分 Hip & Legs マシンプラティスで お尻と脚に向けて集中的に働きかけるプログラム ※こちらのクラスは滑り止め付き靴下の着用が必須	22:30
23:00						□ホットヨーガクワケン 30分 中道30分 65% ベアソック・強度★★★ アドバンス・強度★★★ □A.Bスタジオレッスン シューズが必要なプログラムは、シューズマークあり	23:00