

MEGALOS

メガロス立川両館スタジオプログラム



	月曜			火曜		水曜		木曜		金曜	土曜		日曜											
	北館		南館	北館		北館		南館	北館		南館	北館		南館	北館		南館							
	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ							
8:00	営業開始 7:00			営業開始 7:00			営業開始 7:00			営業開始 7:00			営業開始 8:00			営業開始 8:00								
8:30	営業開始 9:00			【定員58名】 背骨コンディショニング30 8:25-8:55 志田 香織			営業開始 9:00			【定員58名】 トラディショナルヨーガ30 9:00-9:30 松村 結葉						営業開始 9:00			○キッズスクール ミライク 8:00-9:00					
9:00				【定員58名】 定員満30 9:15-9:45 志田 香織						【定員50名】 エンジョイエアロ40 9:35-10:15 尾崎 全子									【定員30名】 健美操30 9:25-9:55 磯崎 晃代			○キッズスクール ミライク 9:00-10:00		
9:30				【定員30名】 入門太極拳30 9:30-10:00 増岡 美奈江						【定員50名】 バレーボール30 9:50-10:20 MIRAY									【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:30-11:20 磯崎 晃代			○キッズスクール ミライク 10:00-11:00		
10:00	【定員50名】 5人スエアロ30 10:40-11:10 西村 知里			【定員24名】 太極拳30 10:20-10:50 増岡 美奈江			【定員37名】 ボディメイクエアロD45 10:30-11:20 磯崎 晃代			【定員50名】 バレーボール30 10:15-11:00 秋原 由香里			【定員30名】 バレーボール30 10:15-11:00 秋山 美由紀						○キッズスクール ミライク 10:00-11:00					
10:30	【定員50名】 5人スエアロ30 10:40-11:10 西村 知里			【定員24名】 太極拳30 10:20-10:50 増岡 美奈江			【定員37名】 ボディメイクエアロD45 10:30-11:20 磯崎 晃代			【定員50名】 バレーボール30 10:15-11:00 秋原 由香里			【定員30名】 バレーボール30 10:15-11:00 秋山 美由紀			○キッズスクール ミライク 10:00-11:00								
11:00	【定員50名】 エンジョイエアロ30 11:25-11:55 田中 八重子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
11:30	【定員58名】 コデザイン30 12:10-12:40 田中 八重子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
12:00	【定員58名】 コデザイン30 12:10-12:40 田中 八重子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
12:30	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
13:00	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
13:30	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
14:00	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
14:30	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
15:00	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
15:30	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
16:00	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
16:30	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
17:00	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
17:30	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
18:00	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
18:30	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
19:00	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
19:30	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
20:00	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
20:30	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
21:00	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
21:30	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
22:00	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
22:30	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
23:00	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								
23:30	【定員50名】 ZUMBA(45分クラス) 16:00-16:45 小山 江里子			【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 11:10-11:40 TOMO			【定員50名】 ボディメイクエアロD45 10:45-11:15 MIRAY			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子			【定員30名】 ボディメイクエアロD45 10:40-11:10 松原 恵子								

■ 映倫レッスンについて
・WEB予約は不要です。レッスン開始前までにスタジオにお越しください。
・参加は先着順となります。
■ 初めての方安心してご参加できるレッスンです。
■ 変更レッスン
■ ビギナーレッスン:入会して1年未満の方が対象 入会月の翌年の
月末まで参加可能

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジム・プール
利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシジ

- ・全クラス定員制となっております。WEB予約にてご参加ください。
- ・レッスン間においては換気・除菌・清掃の実施を徹底いたします。

※プール・短期スクール（有料）プログラムのご案内
プールプログラム、短期スクール（有料登録制）プログラムに関しては、別紙のプログラムをご確認いただきますようお願いいたします。