

【メガロス立川】 2026年 GWスケジュール 5/4~5/6

		5/4 (月・祝)			5/5 (火・祝)		5/6 (水・祝)				
		北館		南館	北館		北館		南館		
		Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	スタジオA	スタジオB	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ		
		営業開始 10:00		営業開始 8:00	営業開始 10:00		営業開始 10:00		営業開始 8:00		
9:30				【定員30名】 入門太極拳30 9:25-9:55 増岡 美奈江						9:30	
10:00				【定員30名】 太極拳45 10:10-10:55 増岡 美奈江						10:00	
10:30		【定員50名】 らくらエアロ30 10:40-11:10 西村 知里	【定員24名】 ボディメイクエアロ45 10:35-11:20 磯崎 晃代	【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】 シアターダンス45 10:45-11:30 打越 麗子	REBORNSスクール 10:30-11:30	◎ベビーミライクスクール 10:45-11:30		10:30
11:00		【定員50名】 エンジョイエアロ30 11:25-11:55 田中 八重子	REBORNSスクール 11:30-12:30	【定員28名】 バレエ〜バレレッスン〜30 12:00-12:30 RIKO	【定員50名】 Group Groove 30 12:15-12:45 一宮	【定員15名】 VOLTBOX20 10:55-11:15 Rie	【定員58名】 トラディショナルヨーガ45 11:45-12:30 中村 まさみ	【無料：登録制】 ウォーキングサークル 11:45-12:15	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 12:00-12:30 MARIKO		11:00
11:30		【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30名】 ボディデザインピラティス30 11:40-12:10 相坂 しのぶ	【定員58名】 トラディショナルヨーガ45 11:45-12:30 中村 まさみ	【無料：登録制】 ウォーキングサークル 11:45-12:15	【定員30名】 ボディデザインピラティス30 12:00-12:30 MARIKO		11:30
12:00		【定員58名】 コアデザイン30 12:10-12:40 田中 八重子		【定員30名】 太極拳30 12:50-13:20 原田 正美	【定員50名】 Group Groove 30 12:15-12:45 一宮	【定員30名】 TOBIPPA30 13:05-13:35 勝然	【定員50名】 ZUMBA (45分クラス) 13:00-13:45 TOMOKO	【定員20名】 美曲線ヨーガ30 12:35-13:05 中村 隆	【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 12:45-13:15 MARIKO		12:00
12:30		【定員50名】 コアデザイン30 12:10-12:40 田中 八重子		【定員30名】 太極拳30 12:50-13:20 原田 正美	【定員58名】 トラディショナルヨーガ30 13:00-13:30 丸橋 広実	【定員30名】 TOBIPPA30 13:05-13:35 勝然	【定員50名】 ZUMBA (45分クラス) 13:00-13:45 TOMOKO	【定員20名】 美曲線ヨーガ30 12:35-13:05 中村 隆	【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 12:45-13:15 MARIKO		12:30
13:00		【定員50名】 Group Fight 30 12:55-13:25 村上		【定員30名】 太極拳30 12:50-13:20 原田 正美	【定員58名】 トラディショナルヨーガ30 13:00-13:30 丸橋 広実	【定員30名】 TOBIPPA30 13:05-13:35 勝然	【定員50名】 ZUMBA (45分クラス) 13:00-13:45 TOMOKO	【定員30名】 シェイプヨーガ30 13:20-13:50 中村 隆	【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 12:45-13:15 MARIKO		13:00
13:30				【定員30名】 太極拳30 12:50-13:20 原田 正美	【定員37名】 ジャイロキネシス45 13:45-14:30 丸橋 広実	【定員32名】 バレエ〜バレレッスン〜30 13:55-14:25 楓 沙樹	【定員58名】 背骨コンディショニング45 14:05-14:50 志田 香織	【定員30名】 シェイプヨーガ30 13:20-13:50 中村 隆	【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 12:45-13:15 MARIKO		13:30
14:00		短期スクール【太極拳】 13:40-14:10 原田 正美	トラディショナルヨーガ45 13:35-14:20 村田 美和		【定員50名】 ジャズダンスSTAGE30 14:45-15:15 楓 沙樹	【定員20名】 美脊柱ヨーガ45 14:45-15:30 渥美 靖子	【定員58名】 背骨コンディショニング45 14:05-14:50 志田 香織	【定員30名】 シェイプヨーガ30 13:20-13:50 中村 隆	【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 12:45-13:15 MARIKO		14:00
14:30		【定員50名】 バーニングエアロ30 14:30-15:00 小山 江里子	【定員30名】 バレトンソールシンセシス30 14:40-15:10 村田 美和		【定員50名】 ジャズダンスSTAGE30 14:45-15:15 楓 沙樹	【定員20名】 美脊柱ヨーガ45 14:45-15:30 渥美 靖子	【定員58名】 背骨コンディショニング45 14:05-14:50 志田 香織	【定員30名】 シェイプヨーガ30 13:20-13:50 中村 隆	【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 12:45-13:15 MARIKO		14:30
15:00		【定員50名】 FITHOP 15:15-15:45 小山 江里子			【定員50名】 ジャズダンスSTAGE30 14:45-15:15 楓 沙樹	【定員20名】 美脊柱ヨーガ45 14:45-15:30 渥美 靖子	【定員50名】 アドバンスエアロ30 15:15-15:45 秋山 美由紀	【定員30名】 シェイプヨーガ30 13:20-13:50 中村 隆	【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 12:45-13:15 MARIKO		15:00
15:30		【定員50名】 FITHOP 15:15-15:45 小山 江里子			【定員50名】 ジャズダンスSTAGE30 14:45-15:15 楓 沙樹	【定員20名】 美脊柱ヨーガ45 14:45-15:30 渥美 靖子	【定員50名】 アドバンスエアロ30 15:15-15:45 秋山 美由紀	【定員30名】 シェイプヨーガ30 13:20-13:50 中村 隆	【定員30名】 トラディショナルヨーガ30 12:45-13:15 MARIKO		15:30
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45 16:00-16:45 前田 京子	◎キッズスクール ミライク 15:30-16:30	【有料イベント】 Group Fight 60 16:00-17:00 一宮・Sayaka・Airi	【無料：登録制】 ランニングサークル30 15:50-16:20	【定員37名】 バーニングステップ30 16:05-16:35 秋山 美由紀	◎キッズスクール ミライク 15:30-16:30	【定員30名】 太極拳30 16:00-16:30 増岡 美奈江		16:00
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45 16:00-16:45 前田 京子	◎キッズスクール ミライク 16:30-17:30	【有料イベント】 Group Fight 60 16:00-17:00 一宮・Sayaka・Airi	【無料：登録制】 ランニングサークル30 15:50-16:20	【定員37名】 バーニングステップ30 16:05-16:35 秋山 美由紀	◎キッズスクール ミライク 15:30-16:30	【定員30名】 太極拳30 16:00-16:30 増岡 美奈江		16:30
17:00				◎キッズスクール ミライク 16:30-17:30		【無料：登録制】 ランニングサークル30 15:50-16:20	【定員37名】 バーニングステップ30 16:05-16:35 秋山 美由紀	◎キッズスクール ミライク 16:30-17:30	短期スクール【太極拳】 16:45-17:15 増岡 美奈江		17:00
17:30						【無料：登録制】 ランニングサークル30 15:50-16:20	【定員37名】 バーニングステップ30 16:05-16:35 秋山 美由紀	◎キッズスクール ミライク 16:30-17:30	短期スクール【太極拳】 16:45-17:15 増岡 美奈江		17:30
18:00						【無料：登録制】 ランニングサークル30 15:50-16:20	【定員37名】 バーニングステップ30 16:05-16:35 秋山 美由紀	◎キッズスクール ミライクRUN 17:30-18:30			18:00
18:30				マシジム・プールの 利用時間は 17:50まで 施設閉館時間 18:00		【無料：登録制】 ランニングサークル30 15:50-16:20	【定員37名】 バーニングステップ30 16:05-16:35 秋山 美由紀		マシジム・プールの 利用時間は 17:50まで 施設閉館時間 18:00		18:30
19:00				マシジム・プールの 利用時間は 17:50まで 施設閉館時間 20:00		【無料：登録制】 ランニングサークル30 15:50-16:20	【定員37名】 バーニングステップ30 16:05-16:35 秋山 美由紀		マシジム・プールの 利用時間は 17:50まで 施設閉館時間 20:00		19:00
19:30				マシジム・プールの 利用時間は 17:50まで 施設閉館時間 20:00		【無料：登録制】 ランニングサークル30 15:50-16:20	【定員37名】 バーニングステップ30 16:05-16:35 秋山 美由紀		マシジム・プールの 利用時間は 17:50まで 施設閉館時間 20:00		19:30
20:00				マシジム・プールの 利用時間は 17:50まで 施設閉館時間 20:00		【無料：登録制】 ランニングサークル30 15:50-16:20	【定員37名】 バーニングステップ30 16:05-16:35 秋山 美由紀		マシジム・プールの 利用時間は 17:50まで 施設閉館時間 20:00		20:00