

※LIVEレッスンは急遽代行または代替になる場合がございます。
詳細はHPオンラインスケジュールをご確認ください。

有料短期スクールについて
・毎月10日に翌月クラスの詳細を告知します。
・毎月20日に全クラス予約をスタート致します。

MEGALOS TSUNASHIMA Time Line For Studio , Gym , Aqua

時間	月曜日				火曜日				水曜日				時間
	スタジオA (1F)	スタジオB (3F)	Re-Self	プール	スタジオA (1F)	スタジオB (3F)	Re-Self	プール	スタジオA (1F)	スタジオB (3F)	Re-Self	プール	
9:00	営業開始 9:00												9:00
9:30					【定員 35名】 太極拳 9:40~10:10 畑 明子	【定員 43名】 ベルヴィックストレッチ 9:20~10:05 遠藤 孝子			【定員 35名】 【映像】 Group Groove 9:40~10:10	【定員 43名】 トレンジショナルヨガ 9:15~10:00 山田 雅子	【定員 43名】 ベビーミライク 9:15~10:00		9:30
10:00	【定員 35名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 加藤 りえ子	【定員 38名】 カーディオダンス 10:10~10:55 谷口 浩子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 山田 雅子 【有料・要予約】	スイムスクール 【初級・中級】 10:00~11:00 スクール制 (有料) 初級:秋山 中級:西海	【定員 35名】 Group Centergy 10:30~11:15 草野 明日香	【定員 43名】 ビューティーフロ-ピラティス 10:20~10:50 遠藤 孝子		【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ~バーレッスン~ 10:30~11:00 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	スイムスクール 【初級・上級】 10:00~11:00 スクール制 (有料) 初級:秋山 上級:久保田	10:00
10:30					【定員 35名】 Group Centergy 10:30~11:15 草野 明日香	【定員 43名】 ビューティーフロ-ピラティス 10:20~10:50 遠藤 孝子			【定員 35名】 バレエ~バーレッスン~ 10:30~11:00 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	10:30	
11:00	【定員 20名】 Group Fight 11:25~11:55 小比賀 貴次	【定員 38名】 エンジョイエアロ 11:10~11:40 谷口 浩子		パーソナルレッスン 11:00~11:30 西海 (有料)	【※予約不要】 REBORNS START 11:30~11:40	【定員 43名】 トラディショナルヨガ 11:05~11:50 かわり	【登録制・定員12名】 【女性限定】 ホットベルヴィックストレッチ 11:10~11:55 遠藤 孝子 【有料・要予約】	【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	アクアシェイプ 11:05~11:35 田中 ひなみ 【定員50名】	11:00
11:30		【定員 38名】 アドバンスエアロ 12:00~12:45 丹 憲一		パーソナルレッスン 12:10~12:40 秋山 (有料)	【有料スクール】 健康運動教室 REBORNS FIT 11:45~12:45 ※詳細は別途	【定員 43名】 パワーヨガ 12:05~12:35 かわり		【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	11:30	
12:00	【有料短期クラス】	【定員 38名】 アドバンスエアロ 12:00~12:45 丹 憲一		REBORNS SWIM 12:10~13:10 西海 (有料)	【定員 35名】 エンジョイエアロ 13:00~13:30 HARU	【定員 38名】 グループファイト 13:00~13:45 久保木 英雄		【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	【有料イベント】 マスターズサークル 12:00~13:00	12:00
12:30	フラダンススクール 12:30~13:30 成瀬 恵 ※詳細は別途	【定員 38名】 エンジョイエアロ 13:05~13:35 丹 憲一		スイムトレーニング 13:10~13:40	【定員 35名】 エンジョイエアロ 13:00~13:30 HARU	【定員 38名】 グループファイト 13:00~13:45 久保木 英雄		【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	12:30	
13:00		【定員 38名】 エンジョイエアロ 13:05~13:35 丹 憲一			【定員 35名】 エンジョイエアロ 13:00~13:30 HARU	【定員 38名】 グループファイト 13:00~13:45 久保木 英雄		【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	13:00	
13:30		【有料クラス】 コンディショニング 13:55~14:40 丹 憲一 ※詳細は別途			【定員 35名】 エンジョイエアロ 13:00~13:30 HARU	【定員 38名】 グループファイト 13:00~13:45 久保木 英雄		【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	13:30	
14:00	【定員 35名】 ヴォーカリズム 14:15~15:00 かわり	【定員 43名】 Group Centergy 15:10~15:55 草野 明日香			【定員 35名】 エンジョイエアロ 13:00~13:30 HARU	【定員 38名】 グループファイト 13:00~13:45 久保木 英雄		【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	14:00	
14:30		【定員 43名】 Group Centergy 15:10~15:55 草野 明日香			【登録制・定員30名】 健康サークル 14:45~15:15 佐藤 優太	【定員 43名】 トラディショナルヨガ 15:00~15:45 きよみ		【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	14:30	
15:00		【定員 43名】 Group Centergy 15:10~15:55 草野 明日香			【登録制・定員30名】 健康サークル 14:45~15:15 佐藤 優太	【定員 43名】 トラディショナルヨガ 15:00~15:45 きよみ		【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	15:00	
15:30	【キッズスクール】 ミライク 15:30~16:30	【定員 43名】 Group Centergy 15:10~15:55 草野 明日香			【登録制・定員30名】 健康サークル 14:45~15:15 佐藤 優太	【定員 43名】 トラディショナルヨガ 15:00~15:45 きよみ		【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	15:30	
16:00	【キッズスクール】 ミライク 15:30~16:30	【定員 43名】 Group Centergy 15:10~15:55 草野 明日香			【登録制・定員30名】 健康サークル 14:45~15:15 佐藤 優太	【定員 43名】 トラディショナルヨガ 15:00~15:45 きよみ		【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	16:00	
16:30	【キッズスクール】 ミライク 15:30~16:30	【定員 43名】 Group Centergy 15:10~15:55 草野 明日香			【登録制・定員30名】 健康サークル 14:45~15:15 佐藤 優太	【定員 43名】 トラディショナルヨガ 15:00~15:45 きよみ		【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	16:30	
17:00	【キッズスクール】 ミライク 16:30~17:30	【定員 43名】 Group Centergy 15:10~15:55 草野 明日香			【登録制・定員30名】 健康サークル 14:45~15:15 佐藤 優太	【定員 43名】 トラディショナルヨガ 15:00~15:45 きよみ		【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	17:00	
17:30	【キッズスクール】 ミライク 16:30~17:30	【定員 43名】 Group Centergy 15:10~15:55 草野 明日香			【登録制・定員30名】 健康サークル 14:45~15:15 佐藤 優太	【定員 43名】 トラディショナルヨガ 15:00~15:45 きよみ		【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	17:30	
18:00		【定員 43名】 Group Centergy 15:10~15:55 草野 明日香			【登録制・定員30名】 健康サークル 14:45~15:15 佐藤 優太	【定員 43名】 トラディショナルヨガ 15:00~15:45 きよみ		【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	18:00	
18:30	【参加型・LIVEレッスン】 網島店スタジオにて、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 43名】 Group Centergy 15:10~15:55 草野 明日香			【登録制・定員30名】 健康サークル 14:45~15:15 佐藤 優太	【定員 43名】 トラディショナルヨガ 15:00~15:45 きよみ		【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	18:30	
19:00		【定員 43名】 Group Centergy 15:10~15:55 草野 明日香			【登録制・定員30名】 健康サークル 14:45~15:15 佐藤 優太	【定員 43名】 トラディショナルヨガ 15:00~15:45 きよみ		【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	19:00	
19:30	【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 ストレッチ30 19:30~20:00 石河 知可子	【定員 38名】 リトモス 19:30~20:15 中尾 桂子			【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 ツールコンディショニング30 19:30~20:00 木澤 豊	【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 コンディショニングストレッチ30 20:30~21:00 木澤 豊		【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	19:30	
20:00	【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 ピラティス30 20:30~21:00 石河 知可子	【定員 38名】 Group Power 20:40~21:10 長谷川 亮			【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 コンディショニングストレッチ30 20:30~21:00 木澤 豊	【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 コンディショニングストレッチ30 20:30~21:00 木澤 豊		【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	20:00	
20:30	【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 ピラティス30 20:30~21:00 石河 知可子	【定員 38名】 Group Power 20:40~21:10 長谷川 亮			【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 コンディショニングストレッチ30 20:30~21:00 木澤 豊	【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 コンディショニングストレッチ30 20:30~21:00 木澤 豊		【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	20:30	
21:00	【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 ピラティス30 20:30~21:00 石河 知可子	【定員 38名】 Group Power 20:40~21:10 長谷川 亮			【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 コンディショニングストレッチ30 20:30~21:00 木澤 豊	【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 コンディショニングストレッチ30 20:30~21:00 木澤 豊		【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	21:00	
21:30	【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 MOSSA 21:30~22:30	【定員 43名】 Group Centergy 21:30~22:15 本澤 沙也花		スイムトレーニング 21:00~21:30	【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 MOSSA 21:30~22:30	【定員 38名】 グループファイト 21:45~22:30 佐藤 優太		【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	21:30	
22:00	【参加型・LIVEレッスン】 MOSSA 21:30~22:30	【定員 43名】 Group Centergy 21:30~22:15 本澤 沙也花		スイムトレーニング 21:00~21:30	【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 MOSSA 21:30~22:30	【定員 38名】 グループファイト 21:45~22:30 佐藤 優太	★ビギナークラス★ 入会から1年以内の方限定	【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	22:00	
22:30		【定員 43名】 Group Centergy 21:30~22:15 本澤 沙也花		スイムトレーニング 21:00~21:30	【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 MOSSA 21:30~22:30	【定員 38名】 グループファイト 21:45~22:30 佐藤 優太	★ビギナークラス★ 入会から1年以内の方限定	【定員 43名】 アクアダンス 10:05~10:35 米田 幹子 【定員50名】	【定員 35名】 バレエ 11:15~11:45 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨガ 10:15~11:00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨガ・ベーシック 10:15~11:00 松山 亜紀子 【有料・要予約】	22:30	
23:00	マシンジム・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00												23:00

