

MEGALOS TSUNASHIMA Time Line For Studio , Gym , Aqua																
	月曜日				火曜日				水曜日							
	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				営業開始 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】 トラディショナルヨーガ 9 : 15～10 : 00 山田 雅子	テニスコート 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ーガ 10 : 15～11 : 00 加鹿 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】 ホットヨーガ・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:西湖	【定員 35名】 Group Centergy 10 : 30～11 : 15 草野 明日香	【定員 43名】 ビューティーフローピラティス 10 : 20～10 : 50 遠藤 孝子	【登録制・定員12名】 【女性限定】 ホットベルヴィックスストレッチ 11 : 10～11 : 55 遠藤 孝子 【有料・要予約】	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～バレレッスン～ 10 : 30～11 : 00 浅見千佳	【定員 43名】 ヒーリングアロマヨーガ 10 : 15～11 : 00 山田 雅子	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・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:高木	10:00			
10:30					【定員 35名】 健康サークル 11:30～11:40	トラディショナルヨーガ 11 : 05～11 : 50 かおり		スイムスクール 【中級・上級】 12 : 30～13 : 30 スクール制 (有料) 中級:野村 上級:秋山	【定員 35名】 バレエ 11 : 15～11 : 45 浅見千佳	【定員43名】 バレトソールシンセシス 11 : 50～12 : 20 松山 亜紀子		アクアシェイプ 11:05～11:35 田中 ひとみ 【定員50名】	10:30			
11:00	【定員 35名】 【映像】 Group Fight 11 : 25～11 : 55	【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 西湖 (有料)	【登録制・定員30名】	【定員 43名】 パワーヨーガ 12 : 05～12 : 35 かおり			【定員 35名】 バレエスクール 11 : 55～12 : 40 浅見 千佳 ※詳細は別途			【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	11:00			
11:30	【有料短期クラス】 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 恵一		REBORN'S SWIM 12:10～13:10 西湖 (有料)	【定員 35名】 エンジョイエアロ 13 : 00～13 : 30 HARU	【定員 38名】 Group Fight 13 : 00～13 : 45 久保木 英雄		キッズスクール 13:40～19:00	【定員 35名】 【映像】 Group Fight 13 : 20～13 : 50	【定員 30名】 TOBIPPA 12 : 40～13 : 10 榎田花菜		クロール・背泳ぎ (応用) 13:15～13:35	11:30			
12:00		【有料クラス】 コンディショニング 13 : 55～14 : 40 丹 恵一 ※詳細は別途		スイムトレーニング 13:10～13:40	【定員 35名】 アドバンスエアロ 13 : 45～14 : 30 HARU	【定員 38名】 Group Power 14 : 05～14 : 35 久保木 英雄	KAICA・SEICA 19:00～20:00 【有料】		【定員 38名】 ZUMBA (45分クラス) 19 : 25～20 : 10 しょう	【登録制・定員12名】 【中温クラス】 ホットヨーガ・アドバンス 20 : 00～20 : 45 かおり 【有料・要予約】	スイムスクール 【中級】 20:00～21:00 スクール制 (有料) 野村			12:00		
12:30					【登録制・定員30名】 健康サークル 14 : 45～15 : 15	【定員 43名】 トラディショナルヨーガ 15 : 00～15 : 45 きよみ		【定員 35名】 【映像】 Group Fight 15 : 30～16 : 15 草野 明日香	【定員 38名】 グループセンタージ 20 : 30～21 : 00 綿貫 真鈴	12:30						
13:00					【キッズスクール】 ミライク 15 : 30～16 : 30	【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【登録制・定員12名】 【女性限定】 ホットヨーガ・アドバンス 20 : 00～20 : 45 かおり 【有料・要予約】		【定員 35名】 【映像】 Group Fight 16 : 30～17 : 30	【定員 30名】 TOBIPPA 20 : 30～21 : 00 綿貫 真鈴				13:00		
13:30					【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【キッズスクール】 ミライク 17 : 30～18 : 30			【定員 35名】 【映像】 Group Fight 17 : 30～18 : 30	【定員 30名】 TOBIPPA 21 : 10～21 : 25 綿貫 真鈴				13:30		
14:00	【定員 35名】 ヴォーカリズム 14 : 15～15 : 00 かおり			キッズスクール 13:40～19:00	【キッズスクール】 ミライク 15 : 30～16 : 30	【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	テニスコート	キッズスクール 13:40～19:00	【キッズスクール】 ミライク 15 : 30～16 : 30	【定員 43名】 Group Centergy 15 : 30～16 : 15 草野 明日香		キッズスクール 13:40～19:00	14:00			
14:30					【キッズスクール】 ミライク 15 : 30～16 : 30	【キッズダンススクール】 年中～小学校2年生 16 : 30～17 : 30	【キッズスクール】 ミライクRUN 16 : 30～17 : 30		【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30		テニスコート		14:30	
15:00						【キッズダンススクール】 小学校2年生～ 中学3年生 17 : 30～18 : 30									15:00	
15:30						【キッズダンススクール】 上級選抜クラス 18 : 30～19 : 30									15:30	
16:00	【キッズスクール】 ミライク 15 : 30～16 : 30	【キッズチアダンススクール】 チアダンス 15 : 30～16 : 30														16:00
16:30	【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【キッズチアダンススクール】 チアダンス 16 : 30～17 : 30														16:30
17:00																17:00
17:30																17:30
18:00																18:00
18:30																18:30
19:00	【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。												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 10名】 VOLTBOX 20 : 05～20 : 25 畔柳 大	【登録制・定員12名】 ホットヨーガ・アドバンス 20 : 00～20 : 45 かおり 【有料・要予約】	【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 35名】 【映像】 Group Fight 19 : 30～20 : 00	【定員 38名】 ZUMBA (45分クラス) 19 : 25～20 : 10 しょう	【登録制・定員12名】 【中温クラス】 ホットヨーガ・アドバンス 20 : 00～20 : 45 かおり 【有料・要予約】	KAICA・SEICA 19:00～20:00 【有料】	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 10名】 VOLTBOX 20 : 35～20 : 55 畔柳 大			【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 30名】 TOBIPPA 20 : 30～21 : 00 綿貫 真鈴	【定員 30名】 TOBIPPA 20 : 30～21 : 00 綿貫 真鈴	【定員 38名】 グループセンタージ 21 : 10～21 : 25 綿貫 真鈴	【定員 38名】 グループセンタージ 21 : 10～21 : 25 綿貫 真鈴	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 10名】 VOLTBOX 21 : 05～21 : 25 畔柳 大			★ビギナークラス★ 入会から1年以内の方限定	【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 MOSSA 21 : 30～22 : 30	【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 MOSSA 21 : 30～22 : 30	【定員 38名】 グループセンタージ 21 : 45～22 : 30 綿貫 真鈴	★ビギナークラス★ 入会から1年以内の方限定	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 Fight 21 : 45～22 : 30 佐藤 優太									21:00	
21:30	【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 MOSSA 21 : 30～22 : 30	【定員 10名】 VOLTBOX 22 : 10～22 : 30 本澤 沙也花	★ビギナークラス★ 入会から1年以内の方限定		【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 MOSSA 21 : 30～22 : 30				【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 MOSSA 21 : 30～22 : 30	【定員 38名】 グループセンタージ 21 : 45～22 : 30 綿貫 真鈴			21:30			
22:00													22:00			
22:30													22:30			
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				23:00			

MEGALOS TSUNASHIMA Time Line For Studio , Gym , Aqua														
	木曜日				土曜日				日曜日					
	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				営業開始 9 : 00				営業開始 9 : 00				9:00	
9:30	【定員 35名】	【定員 38名】			ミライク 7 : 30～9 : 30				【キッズスクール】 ミライク 7 : 30～11 : 30	ベビーミライク 8 : 45～9 : 30		キッズスクール 9 : 00～12 : 00	9:30	
10:00	トラディショナルヨーガ 9 : 30～10 : 15 山田 雅子	エンジョイエアロ 9 : 35～10 : 05 丹 憲一			【定員 35名】	【定員 43名】	【登録制・定員12名】			【定員 43名】			10:00	
10:30	【有料スクール】	【定員 38名】	【登録制・定員12名】	パーソナルレッスン 10:00～10:30 【有料】 西潟	ベルヴィックストレッチ 9 : 50～10 : 35 遠藤 孝子	美曲線ヨーガ 9 : 50～10 : 35 田中 江里香	ホットヨーガ・ベーシック 9 : 45～10 : 30 atsu 【有料・要予約】	アクアシェイプ 10 : 05～10 : 35 石川 由美子 【定員50名】		ヒーリングアロマヨーガ 9 : 45～10 : 30 かおり			10:30	
11:00		バーニングエアロ 10 : 20～11 : 00 丹 憲一												
11:30	健康運動教室 REBORNS FIT 10 : 45～11 : 45 ※詳細は別途	【定員 38名】	ホットヨーガ パワー・ベーシック 10 : 30～11 : 15 加鹿 りえ子 【有料・要予約】	REBORNS SWIM 10:30～11:30 西潟 (有料)	【定員 35名】	【定員 38名】	【登録制・定員12名】	ベビースクール 10 : 40～12 : 20	アドバンスエアロ 10 : 45～11 : 30 中尾 桂子	ホットヨーガ・アドバンス 10 : 45～11 : 30 かおり 【有料・要予約】			11:30	
12:00	【定員 35名】	【定員 38名】		平泳ぎ・バタフライ (入門) 11:35～11:55	【定員 35名】	【定員 43名】			【定員 35名】	リトモス 11 : 45～12 : 30 中尾 桂子	1Fアフタースクールルーム 【登録制・定員30名】	スイムスクール 【中級・上級】 12:00～13:00 スクール制 (有料) 中級:野村 上級:渡邉	12:00	
12:30	【映像】Group Fight 12 : 05～12 : 20	ZUMBA (45分クラス) 12 : 00～12 : 45 水本 純子		フィンスイム 12:00～12:20	【映像】 Group Centergy 12 : 00～12 : 45	トラディショナルヨーガ 12 : 00～12 : 45 atsu			トラディショナルヨーガ 12 : 00～12 : 45 かおり	【定員 38名】	ランニングサークル 11 : 30～12 : 15 久保木 英雄		12:30	
13:00	フラダンス 12 : 35～13 : 05 成瀬 恵	【定員 38名】		【有料イベント】 プレミアムレッスン 【中上級】 12:30～13:30 遠藤	【登録制・定員30名】	【定員 38名】		キッズスクール 12:40～18:00	【登録制・定員30名】	Group Fight 12 : 45～13 : 15 久保木 英雄			13:00	
13:30	【有料短期クラス】	アドバンスエアロ 13 : 00～13 : 30 MISAKI			ランニングサークル 13 : 00～13 : 30 佐藤優太	ボディメイクエアロ 13 : 00～13 : 45 atsu			ボディメイクサークル 13 : 00～13 : 30 大石 真由香	【定員 38名】		スイムスクール 【マスターズ】 13 : 00～14 : 00 スクール制 (有料) 西潟	13:30	
14:00	バレエスクール 13 : 20～14 : 20 鈴木 結花 ※詳細は別途	【定員 43名】			水中運動サークル (登録制) 13:35～13:55	【定員 35名】	【定員 38名】		【登録制・定員12名】	infinity flow※女性限定 13 : 45～14 : 15 高垣 七瀬	Group Power 13 : 30～14 : 15 久保木 英雄		14:00	
14:30		【定員 38名】		アクアダンス 14:00～14:30 山本 恵子【定員50名】	infinity flow※女性限定 14 : 00～14 : 30 大石 真由香	Group Fight 14 : 00～14 : 45 小比賀 貴次	ホットヨーガ パワー・アドバンス 14 : 00～14 : 45 KURISU 【有料・要予約】			【定員 35名】		フィンスイム 14:05～14:25	14:30	
15:00	【登録制・定員30名】	ジャズダンスSTAGE 14 : 30～15 : 15 楓 沙樹				【定員 38名】		キッズスクール 12:40～18:00	【映像】 Group Centergy 14 : 30～15 : 00	【定員 30名】	パーソナルレッスン 14:25～14:55 野村 (有料)	キッズスクール 14:40～17:00	15:00	
15:30	健康サークル 14 : 45～15 : 15 小比賀 貴次					Group Groove 15 : 00～15 : 45 大石 真由香	【登録制・定員12名】				TOBIPPA 14 : 40～15 : 10 高垣 七瀬		KAICA・ SEICA 15:00～ 16:00 【有料】	15:30
16:00	【キッズスクール】 ミライク 15 : 30～16 : 30				【キッズスクール】 ミライク 15 : 30～16 : 30	【定員 30名】	ホットヨーガ・ベーシック 15 : 30～16 : 15 Mana 【有料・要予約】		【キッズスクール】 ミライク 15 : 30～16 : 30	Group Fight 15 : 30～16 : 15 長谷川 春果	【登録制・定員12名】 【中温クラス】			16:00
16:30						【定員 30名】	TOBIPPA 16 : 35～17 : 05 高垣 七瀬		【登録制・定員12名】	【定員 38名】	ホットヨーガ・ベーシック 16 : 15～17 : 00 吉田 静枝 【有料・要予約】			KAICA・ SEICA 16:30～ 18:00 【有料】
17:00	【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【キッズダンススクール】 年中～小学校2年生 16 : 30～17 : 30			【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【登録制・定員10名】	ホットヨーガ・アドバンス 16 : 45～17 : 30 Mana 【有料・要予約】	キッズスクール 12:40～18:00	【有料短期クラス】	Group Blast 16 : 35～17 : 20 長谷川 春果		17:00		
17:30						よさこいサークル 17 : 30～18 : 00 大石 真由香			ソウルダンス 17 : 00～17 : 45 KAZOO. ※詳細は別途			17:30		
18:00	【キッズスクール】 ミライクRUN 17 : 45～18 : 45	【キッズダンススクール】 小学校2年生～ 中学3年生 17 : 30～18 : 30			【定員 35名】				【登録制・定員12名】		ホットヨーガ パワー・アドバンス 18 : 00～18 : 45 吉田 静枝 【有料・要予約】		18:00	
18:30					バレエ～バーレッスン～ 18 : 15～19 : 00 鈴木 結花								18:30	
19:00	【定員 20名】	【キッズダンススクール】 上級選抜クラス 18 : 30～19 : 30			【有料短期クラス】			キッズスクール 12:40～18:00					19:00	
19:30	【参加型・LIVEレッスン】 Group Centergy 19 : 20～20 : 05		【登録制・定員12名】		バレエスクール 19 : 10～20 : 10 鈴木 結花 ※詳細は別途								19:30	
20:00		【定員 43名】											20:00	
20:30	【登録制・定員30名】	infinity flow※女性限定 20 : 00～20 : 15 大石 真由香											20:30	
21:00	ボディメイクサークル 20 : 30～21 : 00 小比賀 貴次	Group Groove 20 : 30～21 : 15 大石 真由香	【有料短期クラス】					キッズスクール 12:40～18:00					21:00	
21:30	【定員 35名】												21:30	
22:00	【LIVEレッスン】 MOSSA 21 : 30～22 : 30												22:00	
22:30		Group Power 21 : 35～22 : 20 小比賀貴次											22:30	
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 19 : 50 まで				23:00	
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 19 : 50 まで														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設閉館時間 20 : 00														
施設														