

メガロス綱島 改訂版

※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													
	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 ひどみ 【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】			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				11:00
11:30		【定員 38名】 アドバンスエアロ 12 : 00～12 : 45 丹 恵一		REBORN SWIM 12:10～13:10 西湖 (有料)	【有料スクール】 健康運動教室 REBORN FIT 11 : 45～12 : 45 ※詳細は別途	【定員 43名】 パワーヨーガ 12 : 05～12 : 35 かおり		【映像】 Group Fight 13 : 20～13 : 50 【登録制・定員30名】 健康サークル 14:00～14:10	【定員 35名】 Group Fight 13 : 20～13 : 50	【定員 38名】 フリースタイルSTAGE～HIPHOP～ 13 : 35～14 : 05 NAKANO		【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	11:30
12:00	【有料短期クラス】				【定員 35名】 エンジョイエアロ 13 : 00～13 : 30 HARU	Group Fight 13 : 00～13 : 45 久保木 英雄			【定員 35名】 【映像】 Group Fight 13 : 20～13 : 50	【定員 30名】 TOBIPPA 12 : 40～13 : 10 榊田花菜			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 恵一		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			【定員 35名】 【映像】 Group Fight 13 : 20～13 : 50	【定員 38名】 ハウスダンススクール 14 : 15～15 : 00 NAKANO ※詳細は別途	【登録制・定員12名】 ホットスタイルピラティス 14 : 15～15 : 00 遠藤 孝子 【有料・要予約】		12:30
13:00		【定員 38名】 コンディショニング 13 : 55～14 : 40 丹 恵一 ※詳細は別途			【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ーガ 15 : 00～15 : 45 きよみ		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 38名】 グループセンタージ 15 : 15～16 : 00 草野 明日香		【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	13:00
13:30		【有料クラス】			【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			【定員 35名】 【映像】 Group Fight 13 : 20～13 : 50	【定員 38名】 ハウスダンススクール 14 : 15～15 : 00 NAKANO ※詳細は別途		【有料イベント】 マスターズサークル 12 : 00～13 : 00	13:30
14:00	【定員 35名】 ヴォーカリズム 14 : 15～15 : 00 かおり				【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ーガ 15 : 00～15 : 45 きよみ		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 38名】 ハウスダンススクール 14 : 15～15 : 00 NAKANO ※詳細は別途	【登録制・定員12名】 ホットスタイルピラティス 14 : 15～15 : 00 遠藤 孝子 【有料・要予約】		14:00
14:30					【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ーガ 15 : 00～15 : 45 きよみ			【定員 35名】 【映像】 Group Fight 13 : 20～13 : 50	【定員 38名】 ハウスダンススクール 14 : 15～15 : 00 NAKANO ※詳細は別途			14:30
15:00					【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ーガ 15 : 00～15 : 45 きよみ			【定員 35名】 【映像】 Group Fight 13 : 20～13 : 50	【定員 38名】 ハウスダンススクール 14 : 15～15 : 00 NAKANO ※詳細は別途	【登録制・定員12名】 ホットスタイルピラティス 14 : 15～15 : 00 遠藤 孝子 【有料・要予約】		15:00
15:30	【キッズスクール】 ミライク 15 : 30～16 : 30	【キッズチアダンススクール】 チアダンス 15 : 30～16 : 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 13:40～19:00	【定員 35名】 【映像】 Group Fight 13 : 20～13 : 50	【定員 38名】 ハウスダンススクール 14 : 15～15 : 00 NAKANO ※詳細は別途			15:30
16:00					【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		【定員 35名】 【映像】 Group Fight 13 : 20～13 : 50	【定員 38名】 ハウスダンススクール 14 : 15～15 : 00 NAKANO ※詳細は別途			16:00
16:30					【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		【定員 35名】 【映像】 Group Fight 13 : 20～13 : 50	【定員 38名】 ハウスダンススクール 14 : 15～15 : 00 NAKANO ※詳細は別途	【登録制・定員12名】 ホットスタイルピラティス 14 : 15～15 : 00 遠藤 孝子 【有料・要予約】		16:30
17:00	【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【キッズチアダンススクール】 チアダンス 16 : 30～17 : 30			【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】 小学校2年生～ 中学3年生 17 : 30～18 : 30		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 38名】 ハウスダンススクール 14 : 15～15 : 00 NAKANO ※詳細は別途			17:00
17:30					【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】 小学校2年生～ 中学3年生 17 : 30～18 : 30			【定員 35名】 【映像】 Group Fight 13 : 20～13 : 50	【定員 38名】 ハウスダンススクール 14 : 15～15 : 00 NAKANO ※詳細は別途			17:30
18:00					【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】 小学校2年生～ 中学3年生 17 : 30～18 : 30			【定員 35名】 【映像】 Group Fight 13 : 20～13 : 50	【定員 38名】 ハウスダンススクール 14 : 15～15 : 00 NAKANO ※詳細は別途	【登録制・定員12名】 ホットスタイルピラティス 14 : 15～15 : 00 遠藤 孝子 【有料・要予約】		18:00
18:30	【参加型・L I V Eレッスン】 綱島店スタジオにて、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。				【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】 小学校2年生～ 中学3年生 17 : 30～18 : 30		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 38名】 ハウスダンススクール 14 : 15～15 : 00 NAKANO ※詳細は別途			18:30
19:00					【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】 小学校2年生～ 中学3年生 17 : 30～18 : 30			【定員 35名】 【映像】 Group Fight 13 : 20～13 : 50	【定員 38名】 ハウスダンススクール 14 : 15～15 : 00 NAKANO ※詳細は別途			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】 コンディショニングストレッチ30 20 : 30～21 : 00 木澤 豊	【キッズダンススクール】 上級選抜クラス 18 : 30～19 : 30		キッズスクール 13:40～19:00	【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】 コンディショニングストレッチ30 20 : 30～21 : 00 木澤 豊	【キッズダンススクール】 上級選抜クラス 18 : 30～19 : 30			【定員 35名】 【映像】 Group Centergy 20 : 30～21 : 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】	スィムスクール 【中級】 20:00～21:00 スクール制 (有料) 野村	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 Fight 20 : 30～21 : 15 佐藤 優太			【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	【キッズダンススクール】 上級選抜クラス 18 : 30～19 : 30			【定員 35名】 【映像】 Group Centergy 20 : 30～21 : 00	【登録制・定員30名】 ボディメイクサークル 20 : 30～21 : 00 久保木 英雄	【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】	スィムスクール 【中級】 20:00～21:00 スクール制 (有料) 野村	20:30
21:00					【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	【キッズダンススクール】 上級選抜クラス 18 : 30～19 : 30		キッズスクール 13:40～19:00	【定員 35名】 【映像】 Group Centergy 20 : 30～21 : 00	【登録制・定員30名】 ボディメイクサークル 20 : 30～21 : 00 久保木 英雄	【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】	スィムスクール 【中級】 20:00～21:00 スクール制 (有料) 野村	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	【キッズダンススクール】 上級選抜クラス 18 : 30～19 : 30			【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 MOSSA 21 : 30～22 : 30	【定員 30名】 TOBIPPA 21 : 20～21 : 35 露木 陽斗	【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】		21:30
22:00					【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 MOSSA 21 : 30～22 : 30	【キッズダンススクール】 上級選抜クラス 18 : 30～19 : 30			【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 MOSSA 21 : 30～22 : 30	【定員 30名】 TOBIPPA 21 : 20～21 : 35 露木 陽斗	【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】		22:00
22:30					【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 MOSSA 21 : 30～22 : 30	【キッズダンススクール】 上級選抜クラス 18 : 30～19 : 30		キッズスクール 13:40～19:00	【定員 20名】 【参加型・LIVEレッスン】 MOSSA 21 : 30～22 : 30	【定員 30名】 TOBIPPA 21 : 20～21 : 35 露木 陽斗	【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】		22:30
23:00	マシンジム・プール利用時間は 22 : 50 まで	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	施設閉館時間 23 : 00	マシンジム・プール利用時間は 22 : 50 まで	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		マシンジム・プール利用時間は 22 : 50 まで	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	施設閉館時間 23 : 00	23:00

～スタジオWEB予約について～

- ・全スタジオレッスンがWEB予約制となります。（映像クラスを除く）
- ・各レッスン終了後に3週先の同じレッスン予約が可能です。

例)

10月2日(土) 9:50～10:35のベルヴィックストレッチのレッスン終了後、
10月23日(土)のベルヴィックストレッチの予約が可能。

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	【定員 35名】	【定員 38名】	【登録制・定員12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】	パーソナルレッス KAICA・SEICA 10:00～11:00 【有料】 西瀬	ベルヴィクストストレッチ 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	【映像】 Group Fight 10 : 45～11 : 30	【定員 38名】			【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】			11:00	
11:30	【定員 35名】	【定員 38名】			ボディデザインピラティス 10 : 50～11 : 35 遠藤 孝子	ZUMBA(45分クラス) 11 : 00～11 : 45 トビー	ホットヨーガ・ベーシック 11 : 00～11 : 45 田中 江里香 【有料・要予約】			【定員 38名】	1Fアフタースクールルーム 【登録制・定員30名】			11:30	
12:00	【映像】 Group Centergy 11 : 45～12 : 15	【定員 38名】			【定員 35名】	【定員 43名】				【定員 35名】	リトモス 11 : 45～12 : 30 中尾 桂子	サークル 11 : 30～12 : 15 赤崎 陸	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:渡邊	12:00	
12:30	【定員 35名】	ZUMBA (45分クラス) 12 : 00～12 : 45 水本 純子			【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】		12:30		
13:00	【定員 35名】	【定員 38名】			【登録制・定員30名】	【定員 38名】		キッズスクール 12:40～18:00		【定員 35名】	Group Fight 12 : 45～13 : 15 久保木 英雄	1・3週目 ランニング 2・4週目 ウォーキング	13:00		
13:30	【有料短期クラス】	【定員 43名】			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				【定員 35名】	【定員 38名】		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 38名】			【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 : 35～14 : 20 久保木 英雄		14:00		
14:30	【登録制・定員30名】	ジャズダンスSTAGE 14 : 30～15 : 15 楓 沙樹			【定員 35名】	【定員 38名】	【登録制・定員12名】			【登録制・定員30名】	【定員 30名】		14:30		
15:00	【定員 20名】	【定員 38名】			【定員 35名】	【定員 38名】	【登録制・定員12名】			【定員 35名】	【定員 38名】		15:00		
15:30	【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			【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	【登録制・定員12名】	★ビギナークラス★ 入会から1年以内の方限定		【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】	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			【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	【登録制・定員12名】			【キッズスクール】 ミライク 15 : 30～16 : 30	【定員 38名】	【登録制・定員12名】 【中温クラス】	16:00		
16:30	【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			【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	【登録制・定員12名】			【キッズスクール】 ミライク 15 : 30～16 : 30	【定員 38名】	【登録制・定員12名】 【中温クラス】	16:30		
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	【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【登録制・定員12名】	【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【定員 38名】	【登録制・定員12名】 【中温クラス】	17:00				
17:30		【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			【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	【登録制・定員12名】	【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【定員 38名】	【登録制・定員12名】 【中温クラス】	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			【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	【登録制・定員12名】	【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【定員 38名】	【登録制・定員12名】 【中温クラス】	18:00				
18:30		【キッズダンススクール】 上級選抜クラス 18 : 30～19 : 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	【登録制・定員12名】	【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【定員 38名】	【登録制・定員12名】 【中温クラス】	18:30				
19:00	【定員 20名】	【定員 38名】			【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	【登録制・定員12名】	【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【定員 38名】	【登録制・定員12名】 【中温クラス】	19:00				
19:30	【参加型・LIVEレッスン】 Group Centergy 19 : 20～20 : 05 草野 明日香	【登録制・定員30名】	【登録制・定員12名】		【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	【登録制・定員12名】	【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【定員 38名】	【登録制・定員12名】 【中温クラス】	19:30				
20:00	【定員 35名】	【定員 38名】	【登録制・定員12名】		【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	【登録制・定員12名】	【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【定員 38名】	【登録制・定員12名】 【中温クラス】	20:00				
20:30	【映像】 Group Fight 20 : 30～21 : 00	【定員 38名】	【登録制・定員12名】		【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	【登録制・定員12名】	【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【定員 38名】	【登録制・定員12名】 【中温クラス】	20:30				
21:00	【定員 35名】	【定員 38名】	【登録制・定員12名】		【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	【登録制・定員12名】	【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【定員 38名】	【登録制・定員12名】 【中温クラス】	21:00				
21:30	【LIVEレッスン】 MOSSA 21 : 30～22 : 30	【定員 38名】	【登録制・定員12名】		【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	【登録制・定員12名】	【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【定員 38名】	【登録制・定員12名】 【中温クラス】	21:30				
22:00		【定員 38名】	【登録制・定員12名】		【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	【登録制・定員12名】	【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【定員 38名】	【登録制・定員12名】 【中温クラス】	22:00				
22:30		【定員 38名】	【登録制・定員12名】		【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	【登録制・定員12名】	【キッズスクール】 ミライク 16 : 30～17 : 30	【定員 38名】	【登録制・定員12名】 【中温クラス】	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		