

※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)                                     | ホットスタジオ                                              | プール                                                                      | スタジオA (1F)                                                     | スタジオB (3F)                                          | ホットスタジオ                                                | プール                                                                      | スタジオA (1F)                                           | スタジオB (3F)                                        | ホットスタジオ                                               | プール                                                                      |
| 9:00                                                 | 営業開始 9 : 00                                          |                                                |                                                      |                                                                          | 営業開始 9 : 00                                                    |                                                     |                                                        |                                                                          | 営業開始 9 : 00                                          |                                                   |                                                       |                                                                          |
|                                                      |                                                      |                                                |                                                      | 当面の間、プール利用は休止となります。                                                      |                                                                | 【定員 43名】                                            |                                                        | 当面の間、プール利用は休止となります。                                                      |                                                      | 【定員 43名】                                          | デニスコー                                                 | 当面の間、プール利用は休止となります。                                                      |
| 9:30                                                 |                                                      |                                                |                                                      |                                                                          | 【定員 35名】                                                       | ベルヴィックストレッチ<br>9 : 20～10 : 05<br>遠藤 孝子              |                                                        |                                                                          | 【定員 35名】                                             | トラディショナルヨーガ<br>9 : 15～10 : 00<br>山田 雅子            | ベビーミライク<br>9 : 15～10 : 00                             |                                                                          |
| 10:00                                                | 【定員 35名】                                             | 【定員 38名】                                       | 【登録制・定員12名】                                          | スイムスクール<br>【初級・中級】<br>10 : 00～11 : 00<br>スクール制<br>(有料)<br>初級:秋山<br>中級:西湯 |                                                                |                                                     |                                                        |                                                                          | 【映像】<br>Group Groove<br>9 : 40～10 : 10               |                                                   | 【登録制・定員12名】                                           | スイムスクール<br>【初級・上級】<br>10 : 00～11 : 00<br>スクール制<br>(有料)<br>初級:秋山<br>上級:高木 |
| 10:30                                                | ヒーリングアロマヨーガ<br>10 : 15～11 : 00<br>加鹿 りえ子             | カーディオダンス<br>10 : 10～10 : 55<br>谷口 浩子           | ホットヨーガ・ベーシック<br>10 : 15～11 : 00<br>山田 雅子<br>【有料・要予約】 |                                                                          | 【定員 35名】                                                       | ビューティーフローピラティス<br>10 : 20～10 : 50<br>遠藤 孝子          |                                                        |                                                                          | 【定員 35名】                                             | ヒーリングアロマヨーガ<br>10 : 15～11 : 00<br>山田 雅子           | ホットヨーガ・ベーシック<br>10 : 15～11 : 00<br>松山 亜紀子<br>【有料・要予約】 |                                                                          |
| 11:00                                                |                                                      | 【定員 38名】                                       |                                                      | パーソナルレッスン<br>11:00～11:30<br>西湯<br>(有料)                                   | 【定員 43名】                                                       |                                                     | 【登録制・定員12名】<br>【女性限定】                                  |                                                                          |                                                      |                                                   |                                                       |                                                                          |
| 11:30                                                | 【定員 35名】                                             | エンジョイエアロ<br>11 : 10～11 : 40<br>谷口 浩子           |                                                      |                                                                          | 【登録制・定員30名】                                                    | トラディショナルヨーガ<br>11 : 05～11 : 50<br>かわり               | ホットベルヴィックストレッチ<br>11 : 10～11 : 55<br>遠藤 孝子<br>【有料・要予約】 | ベビースクール<br>10 : 40～12 : 20                                               | 【定員 35名】                                             | バレエ<br>11 : 15～11 : 45<br>浅見千佳                    |                                                       |                                                                          |
| 12:00                                                | 【映像】<br>Group Fight<br>11 : 25～11 : 55               | 【定員 38名】                                       |                                                      |                                                                          | 【有料スクール】<br>健康運動教室<br>REBORNs FIT<br>11 : 45～12 : 45<br>※詳細は別途 | 【定員 43名】                                            |                                                        |                                                                          | 【有料短期クラス】                                            | バレトンソールシンセシス<br>11 : 50～12 : 20<br>松山 亜紀子         |                                                       |                                                                          |
| 12:30                                                | 【有料短期クラス】                                            | アドバンスエアロ<br>12 : 00～12 : 45<br>丹 憲一            |                                                      | REBORNs SWIM<br>12:10～13:10<br>西湯<br>(有料)                                |                                                                | パワーヨーガ<br>12 : 05～12 : 35<br>かわり                    |                                                        |                                                                          | バレエスクール<br>11 : 55～12 : 55<br>浅見 千佳<br>※詳細は別途        |                                                   |                                                       | 【有料イベント】<br>マスターズサークル<br>12 : 00～13 : 00                                 |
| 13:00                                                | フラダンススクール<br>12 : 30～13 : 30<br>成瀬 恵<br>※詳細は別途       | 【定員 38名】                                       |                                                      |                                                                          | 【定員 35名】                                                       | 【定員 38名】                                            |                                                        | スイムスクール<br>【中級・上級】<br>12 : 30～13 : 30<br>スクール制<br>(有料)<br>中級:野村<br>上級:秋山 | 【定員 35名】                                             | 【定員 30名】<br>TOBIPPA<br>12 : 40～13 : 10<br>露木 陽斗   |                                                       |                                                                          |
| 13:30                                                |                                                      | エンジョイエアロ<br>13 : 05～13 : 35<br>丹 憲一            |                                                      | スイムトレーニング<br>13:10～13:40                                                 | 【定員 35名】                                                       | Group Fight<br>13 : 00～13 : 45<br>久保木 英雄            |                                                        |                                                                          | 【映像】<br>Group Fight<br>13 : 20～13 : 50               | 【定員 38名】                                          |                                                       | クロール・青泳ぎ (応用)<br>13:15～13:35                                             |
| 14:00                                                | 【定員 35名】                                             | 【有料クラス】                                        |                                                      |                                                                          | アドバンスエアロ<br>13 : 45～14 : 30<br>HARU                            | 【定員 38名】                                            |                                                        |                                                                          | 【登録制・定員30名】                                          | フリースタイルSTAGE～HIPHOP～<br>13 : 35～14 : 05<br>NAKANO |                                                       |                                                                          |
| 14:30                                                | ヴォーカリズム<br>14 : 15～15 : 00<br>かわり                    | コンディショニング<br>13 : 55～14 : 40<br>丹 憲一<br>※詳細は別途 |                                                      |                                                                          | 【登録制・定員30名】                                                    | Group Power<br>14 : 05～14 : 35<br>赤崎 陸              |                                                        |                                                                          | 【有料スクール】                                             | 【有料短期クラス】                                         | 【登録制・定員12名】                                           |                                                                          |
| 15:00                                                |                                                      |                                                |                                                      |                                                                          | 健康サークル<br>14 : 45～15 : 15<br>佐藤 優太                             | 【定員 43名】                                            |                                                        |                                                                          | 健康運動教室<br>REBORNs FIT<br>14 : 15～15 : 15<br>※詳細は別途   | ハウスダンススクール<br>14 : 15～15 : 00<br>NAKANO<br>※詳細は別途 | ホットスタイルピラティス<br>14 : 15～15 : 00<br>遠藤 孝子<br>【有料・要予約】  |                                                                          |
| 15:30                                                |                                                      |                                                |                                                      |                                                                          |                                                                | トラディショナルヨーガ<br>15 : 00～15 : 45<br>きよみ               |                                                        |                                                                          |                                                      | 【定員 43名】                                          |                                                       |                                                                          |
| 16:00                                                | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15 : 30～16 : 30                 | 【キッズチアダンススクール】<br>チアダンス<br>15 : 30～16 : 30     |                                                      | キッズスクール<br>13:40～19:00                                                   | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15 : 30～16 : 30                           |                                                     |                                                        |                                                                          | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15 : 30～16 : 30                 | Group Centergy<br>15 : 15～16 : 00<br>草野 明日香       |                                                       | キッズスクール<br>13:40～19:00                                                   |
| 16:30                                                |                                                      |                                                |                                                      |                                                                          |                                                                |                                                     |                                                        |                                                                          |                                                      |                                                   |                                                       |                                                                          |
| 17:00                                                | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>16 : 30～17 : 30                 | 【キッズチアダンススクール】<br>チアダンス<br>16 : 30～17 : 30     |                                                      |                                                                          | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>16 : 30～17 : 30                           | 【キッズダンススクール】<br>年中～小学校2年生<br>16 : 30～17 : 30        | 【キッズスクール】<br>ミライクRUN<br>16 : 30～17 : 30                |                                                                          |                                                      | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>16 : 30～17 : 30              | 【キッズスクール】<br>ミライクRUN<br>16 : 30～17 : 30               |                                                                          |
| 17:30                                                |                                                      |                                                |                                                      |                                                                          |                                                                |                                                     |                                                        |                                                                          |                                                      |                                                   |                                                       |                                                                          |
| 18:00                                                |                                                      |                                                |                                                      |                                                                          |                                                                | 【キッズダンススクール】<br>小学校2年生～<br>中学3年生<br>17 : 30～18 : 30 |                                                        |                                                                          |                                                      |                                                   |                                                       |                                                                          |
| 18:30                                                |                                                      |                                                |                                                      |                                                                          |                                                                |                                                     |                                                        |                                                                          |                                                      |                                                   |                                                       |                                                                          |
| 19:00                                                | Reffe Studio【定員 12名】                                 |                                                |                                                      |                                                                          | Reffe Studio【定員 12名】                                           | 【キッズダンススクール】<br>上級選抜クラス<br>18 : 30～19 : 30          |                                                        |                                                                          |                                                      |                                                   |                                                       |                                                                          |
| 19:30                                                | マシンピラティス<br>upper body<br>19 : 15～20 : 00<br>本澤 沙也花  | 【定員 38名】                                       |                                                      |                                                                          | マシンピラティス<br>Total Basic<br>19:15～20:00<br>棚田 花菜                |                                                     |                                                        | KAICA・SEICA<br>19:00～20:00<br>【有料】                                       | マシンピラティス<br>lower body<br>19 : 15～20 : 00<br>草野 明日香  | 【定員 38名】                                          |                                                       | KAICA・SEICA<br>19:00～20:00<br>【有料】                                       |
| 20:00                                                | Reffe Studio【定員 12名】                                 | リトモス<br>19 : 30～20 : 15<br>中尾 桂子               |                                                      |                                                                          | Reffe Studio【定員 12名】                                           |                                                     | 【登録制・定員12名】                                            |                                                                          | Reffe Studio【定員 12名】                                 | ZUMBA (45分クラス)<br>19 : 25～20 : 10<br>しょう          | 【有料クラス】                                               |                                                                          |
| 20:30                                                | マシンピラティス<br>Total Basic<br>20 : 15～21 : 00<br>本澤 沙也花 | 【定員 38名】                                       |                                                      |                                                                          | マシンピラティス<br>Hip&Legs<br>20 : 15～21 : 00<br>棚田 花菜               | VOLTBOX 20 : 05～20 : 25<br>畔柳 大                     | ホットヨーガ・アドバンス<br>20 : 00～20 : 45<br>かわり<br>【有料・要予約】     |                                                                          | マシンピラティス<br>Total Basic<br>20 : 15～21 : 00<br>草野 明日香 | 【定員 30名】<br>TOBIPPA<br>20 : 30～21 : 00<br>棚田 花菜   | ホット有料スクール<br>20 : 00～20 : 45<br>かわり<br>※詳細は別途         | スイムスクール<br>【中級】<br>20:00～21:00<br>スクール制<br>(有料)<br>野村                    |
| 21:00                                                |                                                      | Group Fight<br>20 : 30～21 : 15<br>佐藤 優太        |                                                      |                                                                          |                                                                | VOLTBOX 20 : 35～20 : 55<br>畔柳 大                     | 【有料クラス】                                                |                                                                          |                                                      | 【登録制・定員12名】                                       |                                                       |                                                                          |
| 21:30                                                | 【定員 20名】                                             | 【定員 43名】                                       |                                                      | スイムトレーニング<br>21:00～21:30                                                 | 【定員 20名】                                                       | VOLTBOX 21 : 05～21 : 25<br>畔柳 大                     | ホット有料スクール<br>21 : 00～21 : 45<br>かわり<br>※詳細は別途          |                                                                          | 【定員 20名】                                             | 【定員 30名】<br>TOBIPPA 21 : 10～21 : 25<br>棚田 花菜      | ホットヨーガ・アドバンス<br>21 : 00～21 : 45<br>かわり<br>【有料・要予約】    |                                                                          |
| 22:00                                                | 【参加型・LIVEレッスン】<br>MOSSA<br>21 : 30～22 : 30           | Group Centergy<br>21 : 30～22 : 15<br>本澤 沙也花    |                                                      |                                                                          | 【参加型・LIVEレッスン】<br>MOSSA<br>21 : 30～22 : 30                     | 【定員 38名】                                            | ★ビギナークラス★<br>入会から1年以内の方限定                              |                                                                          | 【参加型・LIVEレッスン】<br>MOSSA<br>21 : 30～22 : 30           | 【定員 38名】                                          | 中温クラス                                                 |                                                                          |
| 22:30                                                |                                                      |                                                |                                                      |                                                                          |                                                                |                                                     |                                                        |                                                                          |                                                      | Group Fight<br>21 : 45～22 : 30<br>棚田 花菜           | ★ビギナークラス★<br>入会から1年以内の方限定                             |                                                                          |
| 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              |                                                   |                                                       |                                                                          |

# メガロス綱島

～スタジオWEB予約について～

- ・全スタジオレッスンは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)                                      | ホットスタジオ                          | プール                                                   | スタジオA (1F)                              | スタジオB (3F)                       | ホットスタジオ                                       | プール                                         | スタジオA (1F)                       | スタジオB (3F)                       | ホットスタジオ                                 | 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】                                        | 当面の間、プール利用は休止となります。              |                                                       | ミライク<br>7:30~9:30                       | 【定員 35名】                         | 【定員 43名】                                      | 【登録制・定員12名】                                 | 当面の間、プール利用は休止となります。              | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>7:30~11:30  | ベビーミライク<br>8:45~9:30                    | 【定員 43名】               | キッズスクール<br>9:00~12:00  | 9:30  |
| 10:00                                | トラディショナルヨーガ<br>9:30~10:15<br>山田 雅子        | エンジョイエアロ<br>9:35~10:05<br>丹 憲一                  |                                  |                                                       | ヘルヴィグストストレッチ<br>9:50~10:35<br>遠藤 孝子     | 美曲線ヨーガ<br>9:50~10:35<br>田中 江里香   | ホットヨーガ・ベシック<br>9:45~10:30<br>atsu<br>【有料・要予約】 | アクアシェイプ<br>10:05~10:35<br>石川 由美子<br>【定員50名】 |                                  |                                  | ヒーリングアロマヨーガ<br>9:45~10:30<br>かおり        | 【登録制・定員12名】            |                        | 10:00 |
| 10:30                                | 【定員 35名】                                  | 【定員 38名】                                        | 【登録制・定員12名】                      | パーソナルレッスン<br>KAICA・SEICA<br>10:00~11:00<br>【有料】<br>西瀬 | 【定員 35名】                                | 【定員 38名】                         | 【登録制・定員12名】                                   |                                             | ベビースクール<br>10:40~12:20           | 【定員 35名】                         | 【定員 38名】                                | 【登録制・定員12名】            | キッズスクール<br>9:00~12:00  | 10:30 |
| 11:00                                | 【映像】<br>Group Fight<br>10:45~11:30        | バーニングエアロ<br>10:20~11:00<br>丹 憲一                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  | アドバンスエアロ<br>10:45~11:30<br>中尾 桂子        |                        |                        | 11:00 |
| 11:30                                | 【定員 35名】                                  | 【定員 38名】                                        | 【登録制・定員12名】                      | 平泳ぎ・バクフライ<br>(入門)<br>11:35~11:55                      | 【定員 35名】                                | 【定員 43名】                         | 【登録制・定員12名】                                   |                                             |                                  | 【定員 35名】                         | 【定員 38名】                                | 【登録制・定員12名】            | キッズスクール<br>9:00~12:00  | 11:30 |
| 12:00                                | 【映像】<br>Group Centery<br>11:45~12:15      | 【定員 38名】                                        |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  | リトモス<br>11:45~12:30<br>中尾 桂子            |                        |                        | 12:00 |
| 12:30                                | 【定員 35名】                                  | ZUMBA (45分クラス)<br>12:00~12:45<br>水本 純子          | 【登録制・定員12名】                      | フィンスイム<br>12:00~12:20                                 | 【定員 35名】                                | 【定員 43名】                         | 【登録制・定員12名】                                   |                                             |                                  | 【定員 35名】                         | トラディショナルヨーガ<br>12:00~12:45<br>かおり       | 【登録制・定員12名】            | キッズスクール<br>9:00~12:00  | 12:30 |
| 13:00                                | 【定員 35名】                                  | 【定員 38名】                                        |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  | グループ Fight<br>12:45~13:15<br>久保木 英雄     |                        |                        | 13:00 |
| 13:30                                | 【有料短期クラス】                                 | 【定員 38名】                                        | 【登録制・定員12名】                      | 【有料イベント】<br>プレミアムレッスン<br>【中上級】<br>12:30~13:30<br>遠藤   | 【定員 35名】                                | 【定員 43名】                         | 【登録制・定員12名】                                   | 1Fアフタースクールルーム                               |                                  | 【定員 35名】                         | 【定員 38名】                                | 【登録制・定員12名】            | キッズスクール<br>9:00~12:00  | 13:30 |
| 13:30                                | バレースクール<br>13:20~14:20<br>鈴木 結花<br>※詳細は別途 | 【定員 43名】                                        |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  | 【定員 38名】                                |                        |                        | 13:30 |
| 14:00                                | 【定員 35名】                                  | 【定員 38名】                                        | 【登録制・定員12名】                      | 水中運動サークル<br>(登録制)<br>13:35~13:55                      | 【定員 35名】                                | 【定員 43名】                         | 【登録制・定員12名】                                   |                                             |                                  | 【定員 35名】                         | 【定員 38名】                                | 【登録制・定員12名】            | キッズスクール<br>9:00~12:00  | 14:00 |
| 14:30                                | 【登録制・定員30名】                               | 【定員 38名】                                        |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  | 【定員 38名】                                |                        |                        | 14:30 |
| 15:00                                | 【定員 35名】                                  | 【定員 38名】                                        | 【登録制・定員12名】                      | パーソナルレッスン<br>13:30~14:00<br>西瀬 (有料)                   | 【定員 35名】                                | 【定員 43名】                         | 【登録制・定員12名】                                   |                                             |                                  | 【定員 35名】                         | 【定員 38名】                                | 【登録制・定員12名】            | キッズスクール<br>9:00~12:00  | 15:00 |
| 15:30                                | 【定員 35名】                                  | 【定員 38名】                                        |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  | 【定員 38名】                                |                        |                        | 15:30 |
| 16:00                                | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30          | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30                | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30 | 【定員 30名】<br>TOBIPPA 16:05~16:20<br>赤崎 陸               | 【定員 30名】<br>TOBIPPA 16:35~17:05<br>赤崎 陸 | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>16:30~17:30 | 【登録制・定員12名】<br>Mana<br>【有料・要予約】               | キッズスクール<br>12:40~18:00                      | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30 | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30 | 【定員 38名】                                | 【登録制・定員12名】<br>【中温クラス】 | キッズスクール<br>14:40~17:00 | 16:00 |
| 16:30                                | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>16:30~17:30          | 【キッズダンススクール】<br>年中~小学校2年生<br>16:30~17:30        |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  | 【定員 30名】<br>TOBIPPA 16:35~17:05<br>赤崎 陸 |                        |                        | 16:30 |
| 17:00                                | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>16:30~17:30          | 【キッズダンススクール】<br>年中~小学校2年生<br>16:30~17:30        | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>16:30~17:30 | 【定員 30名】<br>TOBIPPA 16:35~17:05<br>赤崎 陸               | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>16:30~17:30        | 【登録制・定員12名】<br>Mana<br>【有料・要予約】  | キッズスクール<br>12:40~18:00                        | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30            | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30 | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30 | 【定員 38名】                                | 【登録制・定員12名】<br>【中温クラス】 | キッズスクール<br>14:40~17:00 | 17:00 |
| 17:30                                | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>16:30~17:30          | 【キッズダンススクール】<br>年中~小学校2年生<br>16:30~17:30        |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  | 【定員 30名】<br>TOBIPPA 16:35~17:05<br>赤崎 陸 |                        |                        | 17:30 |
| 18:00                                | 【キッズスクール】<br>ミライクRUN<br>17:45~18:45       | 【キッズダンススクール】<br>小学校2年生~<br>中学3年生<br>17:30~18:30 | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>16:30~17:30 | 【定員 30名】<br>TOBIPPA 16:35~17:05<br>赤崎 陸               | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>16:30~17:30        | 【登録制・定員12名】<br>Mana<br>【有料・要予約】  | キッズスクール<br>12:40~18:00                        | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30            | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30 | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30 | 【定員 38名】                                | 【登録制・定員12名】<br>【中温クラス】 | キッズスクール<br>14:40~17:00 | 18:00 |
| 18:30                                | 【キッズスクール】<br>ミライクRUN<br>17:45~18:45       | 【キッズダンススクール】<br>小学校2年生~<br>中学3年生<br>17:30~18:30 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  | 【定員 30名】<br>TOBIPPA 16:35~17:05<br>赤崎 陸 |                        |                        | 18:30 |
| 19:00                                | 【キッズスクール】<br>ミライクRUN<br>17:45~18:45       | 【キッズダンススクール】<br>小学校2年生~<br>中学3年生<br>17:30~18:30 | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>16:30~17:30 | 【定員 30名】<br>TOBIPPA 16:35~17:05<br>赤崎 陸               | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>16:30~17:30        | 【登録制・定員12名】<br>Mana<br>【有料・要予約】  | キッズスクール<br>12:40~18:00                        | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30            | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30 | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30 | 【定員 38名】                                | 【登録制・定員12名】<br>【中温クラス】 | キッズスクール<br>14:40~17:00 | 19:00 |
| 19:30                                | 【キッズスクール】<br>ミライクRUN<br>17:45~18:45       | 【キッズダンススクール】<br>小学校2年生~<br>中学3年生<br>17:30~18:30 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  | 【定員 30名】<br>TOBIPPA 16:35~17:05<br>赤崎 陸 |                        |                        | 19:30 |
| 20:00                                | 【キッズスクール】<br>ミライクRUN<br>17:45~18:45       | 【キッズダンススクール】<br>小学校2年生~<br>中学3年生<br>17:30~18:30 | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>16:30~17:30 | 【定員 30名】<br>TOBIPPA 16:35~17:05<br>赤崎 陸               | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>16:30~17:30        | 【登録制・定員12名】<br>Mana<br>【有料・要予約】  | キッズスクール<br>12:40~18:00                        | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30            | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30 | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30 | 【定員 38名】                                | 【登録制・定員12名】<br>【中温クラス】 | キッズスクール<br>14:40~17:00 | 20:00 |
| 20:30                                | 【キッズスクール】<br>ミライクRUN<br>17:45~18:45       | 【キッズダンススクール】<br>小学校2年生~<br>中学3年生<br>17:30~18:30 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  | 【定員 30名】<br>TOBIPPA 16:35~17:05<br>赤崎 陸 |                        |                        | 20:30 |
| 21:00                                | 【キッズスクール】<br>ミライクRUN<br>17:45~18:45       | 【キッズダンススクール】<br>小学校2年生~<br>中学3年生<br>17:30~18:30 | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>16:30~17:30 | 【定員 30名】<br>TOBIPPA 16:35~17:05<br>赤崎 陸               | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>16:30~17:30        | 【登録制・定員12名】<br>Mana<br>【有料・要予約】  | キッズスクール<br>12:40~18:00                        | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30            | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30 | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30 | 【定員 38名】                                | 【登録制・定員12名】<br>【中温クラス】 | キッズスクール<br>14:40~17:00 | 21:00 |
| 21:30                                | 【キッズスクール】<br>ミライクRUN<br>17:45~18:45       | 【キッズダンススクール】<br>小学校2年生~<br>中学3年生<br>17:30~18:30 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  | 【定員 30名】<br>TOBIPPA 16:35~17:05<br>赤崎 陸 |                        |                        | 21:30 |
| 22:00                                | 【キッズスクール】<br>ミライクRUN<br>17:45~18:45       | 【キッズダンススクール】<br>小学校2年生~<br>中学3年生<br>17:30~18:30 | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>16:30~17:30 | 【定員 30名】<br>TOBIPPA 16:35~17:05<br>赤崎 陸               | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>16:30~17:30        | 【登録制・定員12名】<br>Mana<br>【有料・要予約】  | キッズスクール<br>12:40~18:00                        | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30            | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30 | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30 | 【定員 38名】                                | 【登録制・定員12名】<br>【中温クラス】 | キッズスクール<br>14:40~17:00 | 22:00 |
| 22:30                                | 【キッズスクール】<br>ミライクRUN<br>17:45~18:45       | 【キッズダンススクール】<br>小学校2年生~<br>中学3年生<br>17:30~18:30 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  | 【定員 30名】<br>TOBIPPA 16:35~17:05<br>赤崎 陸 |                        |                        | 22:30 |
| 23:00                                | 【キッズスクール】<br>ミライクRUN<br>17:45~18:45       | 【キッズダンススクール】<br>小学校2年生~<br>中学3年生<br>17:30~18:30 | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>16:30~17:30 | 【定員 30名】<br>TOBIPPA 16:35~17:05<br>赤崎 陸               | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>16:30~17:30        | 【登録制・定員12名】<br>Mana<br>【有料・要予約】  | キッズスクール<br>12:40~18:00                        | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30            | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30 | 【キッズスクール】<br>ミライク<br>15:30~16:30 | 【定員 38名】                                | 【登録制・定員12名】<br>【中温クラス】 | キッズスクール<br>14:40~17:00 | 23:00 |
| 23:30                                | 【キッズスクール】<br>ミライクRUN<br>17:45~18:45       | 【キッズダンススクール】<br>小学校2年生~<br>中学3年生<br>17:30~18:30 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  | 【定員 30名】<br>TOBIPPA 16:35~17:05<br>赤崎 陸 |                        |                        | 23:30 |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |
| マシニング・プール利用時間は 22:50 まで 施設閉館時間 23:00 |                                           |                                                 |                                  |                                                       |                                         |                                  |                                               |                                             |                                  |                                  |                                         |                        |                        |       |