2026年12月スタジオスケジュール

※黄色のレッスンは前月から変更のレッスンとなります
※祝日はサークルが休講となります

こちらのマークはビギナークラスとなります。入会から1年未満の方が参加可能クラスです。

【レッスン予約に関して】
レッスン終了後3週間先までのレッスンが予約可能となっております。
映像レッスンは予約不要になっております。レッスン開始時間までにスタジオへご入場くださいますようお願いいたします。

MEGALOS YAMATO Time Line For Studio , Gym

月曜日

スタジオA

利用開始 8：30

【予約不要 定員:30名】
9：50～10：35
【映像】
Group Centergy 45

【WEB予約 定員:35名】
11：15～11：45
エンジョイエアロ30
八重樫 ゆかり

【WEB予約 定員:35名】
12：00～12：45
ZUMBA(45分クラス)
八重樫 ゆかり

【WEB予約 定員:30名】
13：15～13：45
Group Centergy 30
有我

【WEB予約 定員:35名 】
14：10～14：55
やさしいフラダンス45
Natsuno

【 有料スクール 】
15：10～16：10
短期成人フラダンススクール60
Natsuno

【 有料スクール 】
16：20～17：20
キッズバレエ
デビュー
山田 朋子

17：20～18：20
キッズバレエ
ビギナー
山田 朋子

サンドバックは1人1台となります
ビギナークラスは入会後1年以内の方が対象となります
認当以外の方はキャンセルさせていただきます
【ギナークラスWEB予約 定員:8名】
19:15～19:35 VOLTBOX20
沖山

【WEB予約 定員:8名】
19:45～20:05 VOLTBOX20
沖山

【WEB予約 定員:8名】
20:15～20:45
VOLTBOX30
沖山

スタジオB

利用開始 8：30

【WEB予約 定員:40名】
9：50～10：35
トラディショナルヨーガ45
笹原 篤子

【WEB予約 定員:30名】
10：55～11：25
バランスリセット30
笹原 篤子

【 有料スクール 】
11：45～12：45
REBORNS FITスクール
有我

【WEB予約 定員:45名】
13：10～13：55
バーニングエアロ45
高木 愛澄

【WEB予約 定員:45名】
14：10～14：50
DanSing40
高木 愛澄

【WEB予約 定員:45名】
15：05～15：35
DsD
高木 愛澄

【WEB予約 定員:45名】
18：45～19：15
エンジョイエアロ30
増田 深雪

【WEB予約 定員:45名】
19：30～20：15
バーニングエアロ45
増田 深雪

【WEB予約 定員:30名】
20:30～21:00
TOBIPPA30
佐藤

【WEB予約 定員:30名】
21:20～22:05
1・3・5週目 Group Blast45
2・4週目 Group Fight45
佐藤

マシンジム 22：50 まで
プール利用時間 22：30 まで

火曜日

スタジオA

利用開始 8：30

【WEB予約 定員:35名】
9：45～10：30
アドバンスエアロ45
ＨＡＲＵ

【 有料スクール 】
10：45～11：45
REBORNS FITスクール
廣瀬

【WEB予約 定員:35名】
12：10～12：40
バレエ～バー レッスン～
浅見 千佳

【 有料スクール 】
12：50～14：05
成人バレエスクール
浅見 千佳

【WEB予約 定員:35名】
14：30～15：15
Group Fight45
RYUJI

【 有料スクール 】
15：45～16：45
キッズダンス
デビュー

16：45～17：45
キッズダンス
ビギナー

17：45～18：45
キッズダンス
ベーシック

18：45～19：45
キッズダンス
アドバンス・ジュニア

【予約不要 定員:20名】
20:30～21:00
【映像】
Group Blast30

【予約不要 定員:30名】
21:15～22:00
【映像】
Group Fight45

スタジオB

利用開始 8：30

【WEB予約 定員:40名】
9:35～10:20
Group Centergy45
青木

【WEB予約 定員:45名】
10：45～11：30
リトモス45
三嶋喜美代

【 有料スクール 】
11:45～12:45
短期フリースタイルダンススクール
三嶋 喜美代

【WEB予約 定員:45名】
13:00～13:30
Group Groove30
明松

【WEB予約 定員:30名】
13：45～14：15
やすらぎヨーガ（青竹・リンパ）
周田 洋子

【WEB予約 定員:45名】
14：30～15：15
バーニングエアロ45
周田 洋子

【 有料スクール 】
16：00～17：00
ミライクスクール
【キッズ】

17：00～18：00
ミライクスクール
【ジュニア】

ビギナークラスは入会後1年以内の方が対象となります
認当以外の方はキャンセルさせていただきます
【ギナークラスWEB予約 定員:30名】
19:10～19:25 TOBIPPA15
矢部

【WEB予約 定員:30名】
19：40～20：10
TOBIPPA30
矢部

【WEB予約 定員:30名】
20：35～21：20
Group Power45
矢部

マシンジム 22：50 まで
プール利用時間 22：30 まで

水曜日

スタジオA

利用開始 8：30

【WEB予約 定員:35名】
9：25～10：05
エンジョイエアロ40
山岸 厚子

【WEB予約 定員:30名】
10：25～11：10
トラディショナルヨーガ45
山岸 厚子

【WEB予約 定員:30名】
11：30～12：15
ボディデザインピラティス45
山岸 厚子

【WEB予約 定員:35名】
12：35～13:05
やさしいフリースタイル30
青木

【登録予約 定員:25名】
13：20～13：50
よさこいサークル

【WEB予約 定員:30名】
14：30～15：10
ボールコンディショニング40
有我

【 有料スクール 】
16：00～17：00
キッズ空手 1
水谷 暢孝

17：00～18：00
キッズ空手 1
水谷 暢孝

18：00～19：00
キッズ空手 3
水谷 暢孝

【WEB予約 定員:35名】
19：10～19：40
ボディメイクエアロ30
高木 愛澄

【WEB予約 定員:35名】
19：55～20：40
アドバンスエアロ45
高木 愛澄

スタジオB

利用開始 8：30

【WEB予約 定員:45名】
9：30～10：00
太極拳30
畑 明子

【登録予約 定員:25名】
10:40～11:10
ウォーキングサークル

【WEB予約 定員:45名】
11：30～12：15
リトモス45
中尾 桂子

【WEB予約 定員:40名】
12：30～13：15
トラディショナルヨーガ45
AUM

【WEB予約 定員:40名】
13：45～14：15
Group Centergy30
福田

【WEB予約 定員:30名】
14：45～15：30
バーニングステップ45
増田 深雪

【 有料スクール 】
16：00～17：00
ミライクスクール
【キッズ】

17：00～18：00
ミライクスクール
【ジュニア】

18：00～19：00
ミライクRUN

【WEB予約女性限定定員:30名】
19:15～19:45
Infinity Flow30
青木

【WEB予約 定員:30名】
20:10～20:55
Group Blast45
廣瀬

【WEB予約 定員:40名】
21:15～21:45
Group Centergy30
廣瀬

マシンジム 22：50 まで
プール利用時間 22：30 まで

MEGALOS YAMATO Time Line For Studio , Gym

木曜日

スタジオA

利用開始 8：30

【予約不要 定員:30名】
9：30～10：00
【映像】ピラティス・ヨーガ系レッスン

【 有料スクール 】
11：20～12：10
短期フリースタイルダンススクール
木谷 将紀

【WEB予約 定員:35名】
12：30～13：15
Group Fight45
佐藤

【WEB予約 定員:35名】
13：40～14：10
エンジョイエアロ30
坂口 典子

【WEB予約 定員:35名】
14：30～15：00
すっきりストレッチ30
坂口 典子

【 有料スクール 】
16：00～17：00
ミライクスクール
【キッズ】

17：00～18：00
ミライクスクール
【ジュニア】

【WEB予約 定員:35名】
18：30～19：15
バーニングエアロ45
HARU

【WEB予約 定員:35名】
19：30～20：00
ダンスコアトレーニング30
HARU

【WEB予約 定員:35名】
20：15～20：45
フリースタイルNEXT30 ～HIP HOP～
HARU

【予約不要 定員:30名】
21:05～21:35
【映像】
Group Centergy30

スタジオB

利用開始 8：30

【WEB予約 定員:45名】
9：30～10：00
やさしいフリースタイル30
木谷 将紀

【WEB予約 定員:45名】
10：15～11：00
フリースタイルNEXT45
木谷 将紀

【WEB予約 定員:45名】
11：20～12：05
ZUMBA
(45分クラス)
ASA

【WEB予約 定員:45名】
12：30～13：15
アドバンスエアロ45
周田 洋子

【WEB予約 定員:40名】
13：30～14：15
トラディショナルヨーガ45
周田 洋子

【WEB予約 定員:30名】
14：40～15：10
TOBIPPA30
矢部

【WEB予約 定員:30名】
15:30～16:15
Group Blast45
矢部

【 有料スクール 】
17：00～18：00
ミライクRUN

【WEB予約 定員:30名】
19：30～20：00
TOBIPPA30
福田

【WEB予約 定員:45名】
20：25～21：10
Group Fight45
福田

マシンジム 20：50・プール利用時間 20：30 まで

土曜日

スタジオA

施設開館時間 7：00

8：30～9：30
ミライクスクール
【ジュニア】

9：30～10：30
ミライクスクール
【キッズ】

【WEB予約 定員:30名】
11:00～11:45
Group Centergy45
有我

【登録予約 定員:25名】
12：15～12：45
ウォーキングサークル

【 有料スクール 】
13：30～14：30
ミライクスクール
【キッズ】

14：30～15：30
ミライクスクール
【ジュニア】

【WEB予約女性限定定員:30名】
15:50～16:20
Infinity Flow30
矢部

【 有料スクール 】
18：00～19：00
空手スクール
(成人・ジュニア合同)
水谷 暢孝

マシンジム 20：50・プール利用時間 20：30 まで

スタジオB

利用開始 8：30

【WEB予約 定員:30名】
9：30～10：00
らくらくステップ30
萬代 昌弘

【WEB予約 定員:45名】
10：15～11：00
バーニングエアロ45
萬代 昌弘

【WEB予約 定員:45名】
11：15～12：00
ZUMBA
(45分クラス)
ASA

【WEB予約 定員:30名】
12：20～13：05
Group Power45
矢部

【WEB予約 定員:30名】
13:35～14:20
Group Blast45
矢部

【WEB予約 定員:45名】
14:40～15:25
Group Fight45
佐藤

【WEB予約 定員:30名】
15:50～16:20
TOBIPPA30
佐藤

【WEB予約 定員:45名】
17：25～17：55
フリースタイルNEXT30 ～ハウスダンス～
万里

【WEB予約 定員:45名】
18：15～19：00
フリースタイルＳＴＡＧＥ45
～ハウスダンス～
万里

【 有料スクール 】
19：15～20：05
HOUSE DANCE
SPECIAL SCHOOL
万里

日曜日

スタジオA

施設開館時間 7：00

8：30～9：30
ミライクスクール
【ジュニア】

9：30～10：30
ミライクスクール
【キッズ】

10：30～11：30
ミライクスクール
【キッズ】

11：30～12：30
ミライク【ジュニア】

【登録予約 定員:25名】
13：00～13：30
ボディメイクサークル

サンドバックは1人1台となります
【WEB予約 定員:8名】
15：45～16：15
VOLT BOX30
田淵

ビギナークラスは入会後1年以内の方が対象となります
認当以外の方はキャンセルさせていただきます
【ギナークラスWEB予約 定員:8名】
16：30～16：50 VOLT BOX20
田淵

【 有料イベント 定員:35名 】
12月19日
17:30～18:30
Group Fight60
玉木 陽

マシンジム 19：50・プール利用時間 19：30 まで

スタジオB

利用開始 8：30

【 有料スクール 】
9：30～10：15
ベビーミライクスクール

【WEB予約 定員:45名】
10：30～11：00
エンジョイエアロ30
大里 清美

【WEB予約 定員:45名】
11：20～12：05
アドバンスエアロ45
大里 清美

【WEB予約 定員:45名】
12：20～13：05
ZUMBA45
大里 清美

【WEB予約 定員:30名】
13:30～14:15
Group Power45
廣瀬

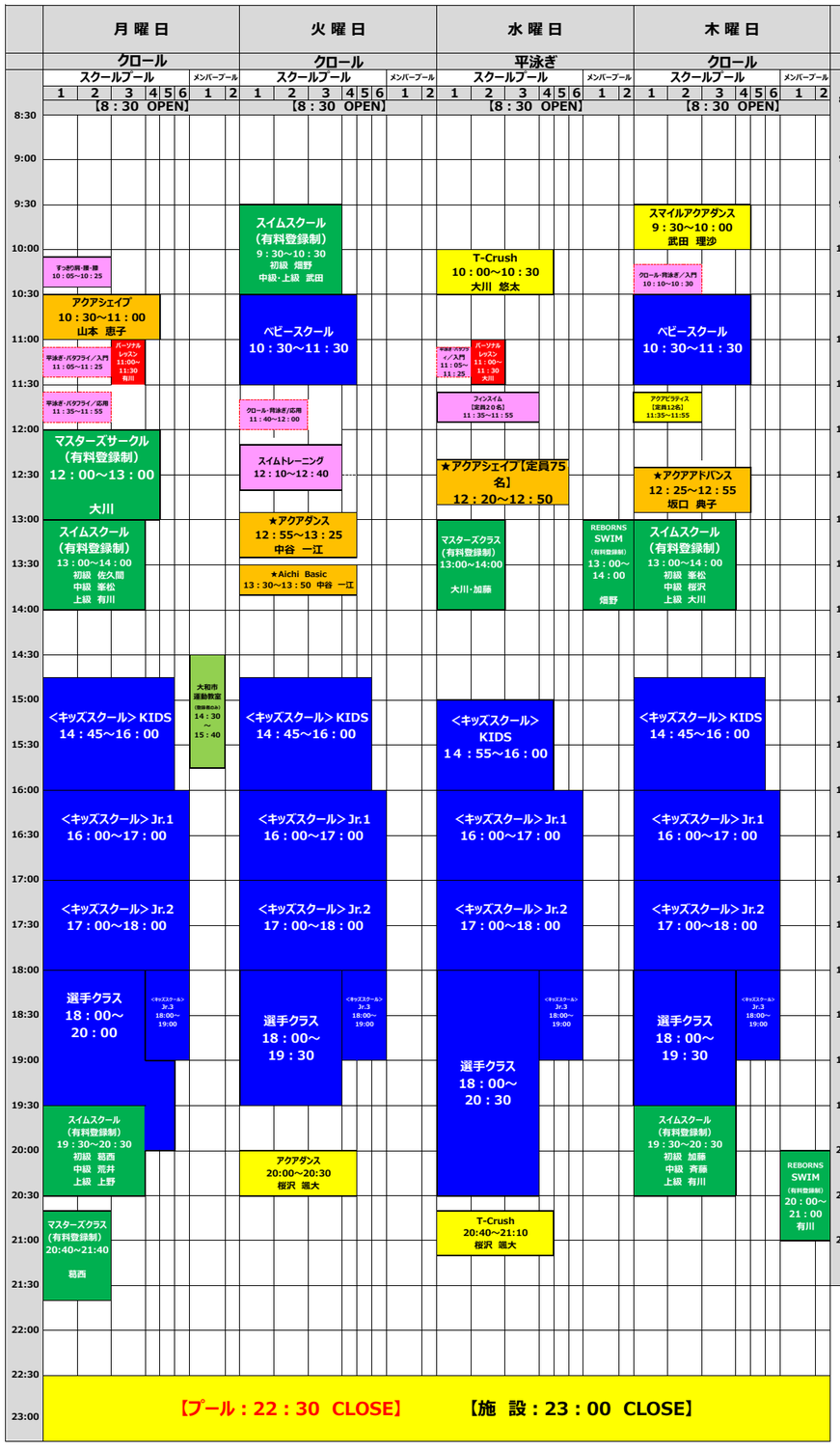
【WEB予約 定員:45名】
14：40～15：25
Group Fight45
向井

【WEB予約 定員:40名】
15：45～16：30
トラディショナルヨーガ45
AUM

【WEB予約 定員:45名】
17：10～17：55
リトモス45
長沼 淳子

【WEB予約 定員:45名】
18：15～19：00
アドバンスエアロ45
柴田 朋子

2026年12月　メガロス大和　アクアプログラムタイムスケジュール



今月のフリー遊泳日

12月10日（木）
12月13日（日）
12月23日（水）

※無料プログラムがお休みの日です。
イベントを行う場合がございます。
予めご了承ください。

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

フリー遊泳日のご案内

火　12：55～　アクアダンス
　　12：30～　Aichi Basic
木　12：25～　アクアアドバンス

左記プログラムに関しましては
フリー遊泳日でも実施
となりますので
お気を付けください。

アクアビクス・フィンスイム参加方法

①プールカウンターにてプログラム台帳にお名前をご記入ください。
②開始時間になりましたら、プールサイドまでお越しください。

※　定員管理の為、各アクアビクス・フィンスイムのみ台帳にご記入ください。

アクアプログラム参加時の注意事項・ご案内

＊同種目で「入門プログラム」と「応用プログラム」併せてのご参加はご遠慮ください。
＊レッスン開始後、5分過ぎてのレッスンへのご参加及び途中退場は安全管理上ご遠慮ください。
＊体調管理をお願いいたします。体調に異変を感じた場合は、早急にお近くのスイミングスタッフまでお申し出ください。（レッスン前に脈・血圧をご確認ください。）
＊定員制のプログラムに関しましては受付方法が異なります。
＊スイムスクール・REBORNS SWIM・マスターズサークル・マスターズクラス・SEICAは登録制（別料金）となります。
＊パーソナルレッスンは事前にメインフロントにて空き枠をご確認の上、ご入金後ご参加ください。
＊レッスン担当コーチは変更となる場合があります。予めご了承ください。

＊プログラム実施時は1コース当たりの人数を15名以内と設定いたします。
＊アクアビクスの定員は先着最大60名とさせていただきます。

施設利用時の注意事項・ご案内

＊プールご利用前・トイレご使用後には必ずシャワーを浴びていただきますようご協力お願いいたします。
　尚、プールご利用の際はお化粧・整髪料は落とし、貴金属類は外していただきますようご協力ください。
＊ご案内しておりますコース帯はプール利用状況により変更する場合がございます。
＊祝祭日は19：00以降のレッスンは休講となります。
＊掲載されていないイベントが急遽開催する場合がございます。予めご了承ください。

今月のスクール休講日

29日(火)、30日(水)、31(木)