



店舗情報	
■通常営業時間	月曜日～木曜日 8:30～23:00 土曜日 8:30～21:00 日曜日・祝日 8:30～20:00
■休館日	毎週金曜日、夏期、年末年始

MEGALOS YOKOHAMA TENNOCHO Time Line For Studio , Gym ,													
	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			
	スタジオA	スタジオB	プール	スタジオA	スタジオB	プール	スタジオA	スタジオB	プール	スタジオA	スタジオB	プール	
8:30													8:30
9:00		【WEB予約 定員:50名】 グリーンヨーガ 9:00-9:30 木村 美輝						【WEB予約 定員:50名】 ウォーカリズム 9:00-9:30 中谷 一江					9:00
9:30	【WEB予約 定員:24名】 バレエ～バレッスン～ 9:45-10:15 檜山 美穂	【WEB予約 定員:50名】 エンジョイエアロ 9:50-10:20 江本 いそ子		【無料登録制】 ウォーキングサークル 9:15-9:45 木村 美輝	【WEB予約 定員:50名】 ボディデザインピラティス 9:50-10:35 KIMU		【WEB予約 定員:36名】 フラダンス 9:20-10:00 吉田 文乃	【WEB予約 定員:50名】 健美操 9:45-10:30 中谷 一江		【WEB予約 定員:36名】 エンジョイエアロ 9:30-10:00 木村 美輝	【WEB予約 定員:50名】 バーニングエアロ 9:25-10:15 HARU		9:30
10:00				【WEB予約 定員:36名】 やすらぎヨーガ 10:00-10:30 水本 純子			【有料スクール】			【有料スクール】			10:00
10:30	【WEB予約 定員:24名】 バレエ 10:30-11:15 檜山 美穂	【WEB予約 定員:50名】 ボディデザインピラティス 10:40-11:10 江本 いそ子		【WEB予約 定員:36名】 太極拳 10:45-11:30 中川 友	【WEB予約 定員:50名】 ZUMBA@ 11:00-11:45 水本 純子		【有料】短期フラダンススクール 10:15-11:15 吉田 文乃	【WEB予約 定員:50名】 ラテンパシオン 10:45-11:15 Masumi		【有料】REBORNS FIT 10:15-11:15 田村 亜月	【WEB予約 定員:50名】 トラディショナルヨーガ 10:35-11:05 AUM		10:30
11:00								【WEB予約 定員:36名】 ZUMBA@ 11:30-12:00 Masumi		【WEB予約 定員:36名】 エンジョイエアロ 11:30-12:00 木村 美輝	【WEB予約 定員:50名】 トラディショナルヨーガ 11:20-12:05 AUM		11:00
11:30		【WEB予約 定員:50名】 ウォーカリズム 11:35-12:05 森 まり子		【WEB予約 定員:28名】 歌ってmove 12:00-12:45 小池 あいか	【WEB予約 定員:50名】 ベリーダンス 12:10-12:55 ACALI		【有料】REBORNS FIT 12:30-13:30 木村 美輝	【WEB予約 定員:50名】 リトモス 12:15-13:00 長沼 淳子		【WEB予約 定員:36名】 パワーヨーガ 12:20-12:50 AUM	原宿よさこい練習会 12:20-12:40 木村 美輝 【WEB予約 定員:50名】		11:30
12:00	よさこい練習会 11:30-12:30 木村 美輝	【WEB予約 定員:50名】 ハーモニズム 12:20-12:50 森 まり子					【有料】REBORNS FIT 12:30-13:30 木村 美輝	【予約不要】 13:15-13:25 かんたんストレッチ		【WEB予約 定員:36名】 Group Power 13:05-13:35 林 利樹	ZUMBA45 12:50-13:35 KAYO		12:00
12:30	【有料スクール】			【WEB予約 定員:36名】 バーニングエアロ 13:15-14:00 柴田 朋子	【WEB予約 定員:40名】 Group Power 13:15-14:00 土永 夕貴		【無料登録制】 健康サークル 13:45-14:15 林 利樹	【WEB予約 定員:50名】 トラディショナルヨーガ 13:45-14:15 玉木 ひとみ		【WEB予約 定員:36名】 【登録制】			12:30
13:00		【WEB予約 定員:50名】 やすらぎヨーガ 13:20-13:50 景浦 聡子					【WEB予約 定員:36名】 ボディデザインピラティス 14:30-15:00 玉木 ひとみ	【WEB予約 定員:50名】 エンジョイエアロ 14:30-15:10 玉木 陽		【WEB予約 定員:36名】 ミライク ジュニアクラス 16:00-17:00	ダンススクール 75 【有料】 14:40-15:55 DAISUKE		13:00
13:30	【有料】REBORNS FIT 13:00-14:00 伊藤 昭平			【WEB予約 定員:36名】 ポディデザインピラティス 14:20-15:05 鈴木 妙子	【WEB予約 定員:50名】 Group Fight 14:20-14:50 土永 夕貴					【WEB予約 定員:36名】 ミライク ジュニアクラス 【対象 年長～小学3年】 17:00-18:00			13:30
14:00	【WEB予約 定員:28名】 エンジョイステップ 14:15-14:45 景浦 聡子	【WEB予約 定員:50名】 Group Groove 14:10-14:40 小池 あいか			【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA 15:10-15:40 土永 夕貴		【WEB予約 定員:36名】 キッズチアスクールⅠ 【対象 5歳～小学2年】 16:05-17:05 渡辺 あさぎ	【WEB予約 定員:50名】 Group Centergy 15:30-16:15 田村 亜月					14:00
14:30	【WEB予約 定員:36名】 アドバンスエアロ 15:00-15:45 HARU	Group Fight 14:55-15:40 伊藤 昭平											14:30
15:00													15:00
15:30													15:30
16:00													16:00
16:30	キッズダンス デビュー 16:10-17:10 HARU												16:30
17:00													17:00
17:30	キッズダンス ピギナー 17:10-18:10 HARU	キッズ空手 木元道場 17:00-18:00											17:30
18:00				キッズバレエ① 17:35-18:35 泉 恵理	キッズチアスクールⅡ 【対象 小学3年生～小学5年】 17:10-18:10 渡辺 あさぎ								18:00
18:30	キッズダンス ベーシック 18:10-19:10 HARU				新設クラス キッズチアスクールⅢ 【対象 小学6年～中学生】 18:15-19:15 渡辺 あさぎ								18:30
19:00				キッズバレエ② 18:40-19:40 泉 恵理									19:00
19:30	キッズダンス マスター 19:10-20:10 HARU	【有料】短期ダンススクール 19:00-20:00 万里											19:30
20:00		【WEB予約 定員:10名】 VOLT BOX 20:20-20:50 林 利樹		【映像 定員: 20名】 VRレッスン Group Centergy 20:20-21:05	【WEB予約 定員:40名】 Group Power 20:10-20:55 田中 龍時			【WEB予約 定員:10名】 VOLT BOX 19:30-20:00 林 利樹		【無料登録制】 テニスサークル 19:45-20:15 山下 紋	【WEB予約 定員:50名】 Group Groove 20:00-20:30 伊藤 昭平		20:00
20:30	【映像 定員:20名】 VRレッスン Group Groove 20:30-21:30	【WEB予約 定員:10名】 VOLT BOX maximum 21:05-21:35 林 利樹			【WEB予約 定員:50名】 Group Fight 21:10-21:55 田中 龍時		【WEB予約 定員:28名】 ボールdeスキル 20:50-21:10 林 利樹	【WEB予約 定員:35名】 フリースタイルNEXT 20:50-21:40 DAISUKE		【映像 定員:20名】 VRレッスン Group Power 20:45-21:15	【WEB予約 定員:40名】 Group Blast 20:50-21:20 五十嵐 花織		20:30
21:00							【映像 定員: 20名】			【映像 定員:20名】			21:00
21:30	【映像 定員:20名】 【LIVEレッスン】 21:30-22:30 ※定刻通り実施いたします			【映像 定員: 20名】 【LIVEレッスン】 21:30-22:30							【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA 21:45-22:15 五十嵐 花織		21:30
22:00													22:00
22:30													22:30
23:00	マシジム・プール利用時間は 22 : 50 館内退出時間 23 : 00 (24時間会員は夜間利用可能)										マシジム・プール利用時間 22:50 館内退出時間 23:00		23:00

2025/8

メガロス横浜天王町

店舗情報	
■通常営業時間	月曜日～木曜日 8:30～23:00 土曜日 8:30～21:00 日曜日・祝日 8:30～20:00
■休館日	毎週金曜日、夏期、年末年始

土曜日			日曜日				
スタジオA	スタジオB	プール	スタジオA	スタジオB	プール		
		プール利用一時休止 ※詳細はホームページお知らせをご確認ください	ミライクジュニアクラス 【対象 年長～小学3年】 8:00-9:00	ミライクRUN 【対象 小学3年～中学1年】 8:00-9:00		8:30	
						9:00	
ミライク キッズクラス 【対象 満3歳～年長】 9:00-10:00	ミライク ジュニアクラス 【対象 年長～小学3年】 9:00-10:00			ミライク キッズクラス 【対象 満3歳～年長】 9:00-10:00	ミライク ジュニアクラス 【対象 年長～小学3年】 9:00-10:00		9:30
						10:00	
ミライク キッズクラス 【対象 満3歳～年長】 10:00-11:00	【WEB予約 定員:50名】 エンジョイエアロ 10:15-10:45 関本 弘美			ミライク ジュニアクラス 【対象 年長～小学3年】 10:00-11:00	ミライク ベビークラス 【対象 10か月～満3歳】 10:30-11:15		10:30
	【WEB予約 定員:50名】			【WEB予約 定員:36名】 トラディショナルヨーガ 11:30-12:05 三浦 安菜	【WEB予約 定員:50名】 バーニングエアロ 11:30-12:00 MASATO		11:00
【WEB予約 定員:36名】 トラディショナルヨーガ 11:20-11:50 景浦 聡子	ボディメイクエアロ 11:00-11:45 関本 弘美				【WEB予約 定員:50名】 アドバンスエアロ 12:10-12:55 MASATO		11:30
【WEB予約 定員:24名】 バレエ～バレレッスン～ 12:10-12:40 小島 崇行	【WEB予約 定員:50名】 ピューティフローピラティス 12:00-12:45 関本 弘美			【 有料スクール 】			12:00
【WEB予約 定員:24名】	【無料登録制】 ウォーキング・ランニングサークル 13:00-13:30 五十嵐 花織 ※1,3,5週目ウォーキング 2,4週目ランニング			【有料】REBORNS FIT 12:30-13:30 五十嵐 花織	【WEB予約 定員:40名】 Group Power 13:15-14:00 田村 亜月		12:30
バレエ 12:55-13:40 小島 崇行	【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA 13:50-14:20 五十嵐 花織			【WEB予約 定員:36名】 トラディショナルヨーガ 13:45-14:30 AUM	【WEB予約 定員:40名】 Group Blast 14:15-15:00 五十嵐 花織		13:00
	【WEB予約 定員:10名】 VOLT BOX 14:40-15:00 林 利樹						13:30
ミライク ジュニアクラス 【対象 年長～小学3年】 14:00-15:00	【WEB予約 定員:50名】 Group Groove 15:20-16:05 伊藤 昭平			【映像 定員:20名】 VRレッスン Group Fight 15:10-15:55	【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA 15:20-15:50 五十嵐 花織		14:00
ミライク キッズクラス 【対象 満3歳～年長】 15:00-16:00	【WEB予約 定員:35名】 ボディデザインピラティス 16:20-16:50 伊藤 玲子			【無料登録制】 ボディメイクサークル 16:05-16:35 田村 亜月			14:30
	【WEB予約 定員:50名】 ヒーリングアロマヨーガ 17:05-17:35 伊藤 玲子			【映像 定員:20名】 VRレッスン Group Centergy 16:50-17:35	【WEB予約 定員:50名】 やさしいフリースタイル 17:10-17:40 万里		15:00
【映像 定員:20名】 VRレッスン Group Fight 17:15-17:45	【WEB予約 定員:50名】				【WEB予約 定員:50名】 フリースタイルSTAGE 17:55-18:40 万里		15:30
【映像 定員:20名】							16:00
VRレッスン Group Groove 18:00-19:00	リトモス 18:00-18:45 長沼 淳子						16:30
							16:30
							17:00
							17:30
						18:00	
						18:30	
						19:00	
						19:30	
マシジム・プール利用時間 20:50 館内退出時間 21:00			マシジム・プール利用時間 19:50 館内退出時間 20:00			20:00	
◆映像レッスンについて◆			◆スタジオレッスンについて◆				
◆映像レッスンについて ・WEB予約は不要です。レッスン開始前までにスタジオにお越しください。 ・参加は先着順、定員20名となります。 ・【祝日特別スケジュールについてのご案内】 ・祝日は、プログラムが変更になる場合がございます。 スケジュール・参加方法につきましては、別紙スケジュールにてご確認ください。			□ 色分けしているクラス 初心者～初中級者向けクラスです。 □ 登録制のクラス 【登録制】登録制のクラスです。別途、参加料金が必要となります。 □ 全クラス【WEB予約制】となっております ※映像レッスンは除く ・予約は、メガロスアプリにご登録の上、事前の予約が必要となります。 ・予約可能枠数は会員種別により異なります（1枠消化で新たに予約可） フルタイム会員、U-30会員、パパママ会員の方は8枠 上記以外は6枠。ゴールド会員、プラチナ会員の方は12枠予約可能となります。 ・予約日に関しては、21日先の同時刻に終了するレッスンまで公開いたします ・WEB予約締め切りは、レッスン開始5分前です。 ・スタジオへの入場は、レッスン開始10分前からです。 ・ご予約された場所（立ち位置）にてご参加ください。 ・急な休講・変更がある場合がございます。都合によりスケジュールの変更をさせて頂く場合がございます。				20:30
※8月7日(木)23:00～8月21日(木)8:30までリニューアル休館となります。						21:00	
						21:30	
						22:00	
						22:30	
						23:00	



いちねんサポートプログラムとは

楽しく、効果的に運動を続けるための
トレーナーによる
1年間のサポートプログラム。
サポートによる、理解と実践で
訪れるたび新しい発見が見つかり
気付けばいつの間にか
想像もしなかった楽しさを体感できる。

そして何より私達が大事にしているのは
カラダづくりだけじゃない、
これから始まるワクワクそのもの

一緒に、
新しい自分を見つけよう。

1ヶ月目：少人数制(3名～)

スタート
1回30分×4回 〈フリー制〉
トレーニング
+
食事アドバイス

2ヶ月～12ヶ月目：グループ制

アドバンス
1回45分×月何回でも参加可能 〈予約制〉
トレーニング

PRICE

結果につながる1年間

登録料 / 1年間

2,200円(税込)