

※更新日9/30（火）火曜バレー変更



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】		【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】		【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】		【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 9:20-10:10 HARU		9:30
10:00	【WEB予約 定員:24名】	エンジョイエアロ 9:50-10:20 江本 いそ子		【WEB予約 定員:36名】 やすらぎヨーガ 10:00-10:30 水本 純子	ボディデザインピラティス 9:45-10:30 KIMU		【 有料スクール 】	健美操 9:45-10:30 中谷 一江		【 有料スクール 】			10:00
10:30	【WEB予約 定員:24名】	【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】	【WEB予約 定員:50名】		【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 10:10-11:10 田村 亜月	【WEB予約 定員:50名】 やすらぎヨーガ 10:30-11:00 AUM		10:30
11:00	バレー 10:30-11:15 檜山 美穂			太極拳 10:45-11:30 中川 友	ZUMBA® 10:45-11:30 水本 純子		【WEB予約 定員:36名】	【WEB予約 定員:50名】	【有料】REBORNS SWIM 10:30-11:30	【WEB予約 定員:36名】 エンジョイエアロ 11:20-11:50 木村 美輝	【WEB予約 定員:50名】 トラディショナルヨーガ 11:10-11:55 AUM		11:00
11:30	【WEB予約 定員:36名】	【WEB予約 定員:50名】	アクアアドバンス 11:00-11:30 石川 由美子	【WEB予約 定員:36名】	【WEB予約 定員:50名】		【WEB予約 定員:36名】 らくらくエアロ30 11:30-12:00 木村 美輝	【WEB予約 定員:50名】 ZUMBA® 11:30-12:00 Masumi					11:30
12:00	ジャズダンスSTAGE60 11:30-12:30 前 恵治	ウォーカリズム 11:35-12:05 森 まり子	【有料】REBORNS SWIM 11:30-12:30	【WEB予約 定員:36名】 バーニングエアロ 11:45-12:30 柴田 朋子	【WEB予約 定員:50名】 ベリーダンス 11:45-12:30 ACALI				クロール・背泳ぎ応用 / フィンスイム 11:35-11:55	【WEB予約 定員:36名】 エンジョイエアロ 11:20-11:50 木村 美輝			12:00
12:30	11月からは有料 短期 スクールとなります。	【WEB予約 定員:50名】 ハーモニズム 12:20-12:50 森 まり子	フィンスイム 12:05-12:25			クロール・背泳ぎ入門▶ 12:05-12:25	【 有料スクール 】	【WEB予約 定員:50名】 リトモス 12:15-13:00 長沼 淳子	スイムトレーニング 12:00-12:30	【WEB予約 定員:36名】 美曲線ヨーガ 12:10-12:50 AUM	【無料登録制】 よさこいサークル 12:15-12:35 木村 美輝	スイムトレーニング 12:00-12:30	12:30
13:00	【 有料スクール 】		【有料】スイムスクール 12:30-13:30	【WEB予約 定員:24名】		【有料】スイムスクール 12:30-13:30	【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	【有料】スイムスクール 12:30-13:30	【WEB予約 定員:36名】 Group Power 13:05-13:35 林 利樹	【WEB予約 定員:50名】 ZUMBA45 12:50-13:35 KAYO	【有料】スイムスクール 12:30-13:30	13:00
13:30	【有料】REBORNS FIT 13:00-14:00 伊藤 昭平	【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:40名】 Group Power 13:15-14:00 REO		【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					13:30
14:00	【WEB予約 定員:28名】	【WEB予約 定員:50名】		【WEB予約 定員:36名】	【WEB予約 定員:50名】		【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		【有料】REBORNS FIT 13:50-14:50 林 利樹	フリースタイルNEXT 13:45-14:30 DAISUKE		14:00
14:30	エンジョイステップ 14:15-14:45 景浦 聡子	Group Groove 14:05-14:50 RYUJI		ボディデザインピラティス 14:20-15:05 鈴木 妙子	Group Fight 14:20-14:50 REO					【 有料スクール 】			14:30
15:00	【WEB予約 定員:36名】	【WEB予約 定員:50名】			【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA 15:15-15:45 REO						【有料】ダンススクール75 14:40-15:55 DAISUKE		15:00
15:30	アドバンスエアロ 15:00-15:45 HARU	Group Fight 15:05-15:50 RYUJI								ミライク キッズクラス 【対象 満3歳～年長】 15:00-16:00			15:30
16:00													16:00
16:30	キッズダンス デビュー 16:10-17:10 HARU				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					ミライク ジュニアクラス 【対象 年長～小学3年】 16:00-17:00			16:30
17:00							キッズチアスクールⅠ 【対象 5歳～小学2年】 16:50-17:50 山本 晶	キッズ空手 木元道場 17:00-18:00		ミライク ジュニアクラス 【対象 年長～小学3年】 17:00-18:00			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			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								17:30
18:00				キッズバレー① 17:35-18:35 泉 恵理			キッズチアスクールⅡ 【対象 小学3年～小学5年】 17:55-18:55 山本 晶						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					1.3週目：VRレッスン Group Fight 実施日：日、 2.4週目 テニスサークル 実施日：日・日	キッズ空手 木元道場 18:00-19:00		18:30
19:00		【 有料スクール 】		キッズバレー② 18:40-19:40 泉 恵理			新設クラス キッズチアスクールⅢ 【対象 小学6年～中学生】 19:00-20:00 山本 晶						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						【WEB予約 定員:10名】 VOLT BOX 19:30-20:00 林 利樹	【有料】スイムスクール 19:00-20:00	【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 五十嵐 花織	【有料】スイムスクール 19:30-20:30	19:30
20:00					【WEB予約 定員:40名】		【WEB予約 定員:36名】						20:00
20:30	【映像 定員:20名】	【WEB予約 定員:10名】 VOLT BOX 20:25-20:55 菊池 和		【映像 定員：20名】 VRレッスン Group Centergy 20:20-21:05	Group Blast 20:10-20:55 RYUJI		【WEB予約 定員:36名】 Group Power 20:20-21:05 林 利樹	【WEB予約 定員:35名】		【映像 定員:20名】 VRレッスン Group Power 20:45-21:15	【WEB予約 定員:50名】 Group Fight 20:50-21:20 伊藤 昭平		20:30
21:00	VRレッスン Group Groove 20:30-21:30	【WEB予約 定員:10名】 VOLT BOX maximum 21:10-21:40 菊池 和			【WEB予約 定員:50名】			フリースタイルNEXT 20:50-21:40 DAISUKE					21:00
21:30	【映像 定員:20名】			【映像 定員：20名】	Group Fight 21:10-21:55 RYUJI		【映像 定員：20名】	【 有料スクール 】 【有料】短期ハウスダンススクール 21:50-22:20 DAISUKE	【有料】マスターズサークル 21:00-22:00	【映像 定員:20名】	【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA 21:45-22:15 五十嵐 花織		21:30
22:00	【LIVEレッスン】 21:30-22:30 ※定刻通り実施いたします			【LIVEレッスン】 21:30-22:30			【LIVEレッスン】 21:30-22:30			【LIVEレッスン】 21:30-22:30			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

12月大人スクール発表会
参加者限定スクール
9月・10月・11月・12月期間限定

2025/10

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				
			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			
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			10:00			
【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:36名】 トラディショナルヨーガ 11:25-12:10 三浦 安菜	ミライク ベビークラス 【対象 10ヵ月～満3歳】 10:30-11:15		10:30			
【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】 ビューティフローピラティス 12:00-12:45 関本 弘美	【有料】マスタースクール 11:30-12:30		【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:24名】 バレエ 12:55-13:40 小島 崇行	【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	アドバンスエアロ 12:10-12:55 MASATO		11:30			
	【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 13:45-14:30 AUM	Group Power 13:15-14:00 田村 亜月		12:00			
ミライク ジュニアクラス 【対象 年長～小学3年】 14:00-15:00	Group Fight 13:50-14:35 五十嵐 花織			【WEB予約 定員:40名】 Group Blast 14:20-15:05 五十嵐 花織		12:30			
ミライク キッズクラス 【対象 満3歳～年長】 15:00-16:00	Group Groove 14:55-15:40 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 15:25-15:55 五十嵐 花織	【有料】スイムスクール 15:00-16:00 マスタースクール	13:00			
【WEB予約 定員:36名】 ボディデザインピラティス 16:15-16:45 伊藤 玲子	VOLT BOX 16:00-16:20 林 利樹		【無料登録制】 ボディメイクサークル 16:05-16:35 田村 亜月	【WEB予約 定員:50名】		13:30			
【WEB予約 定員:36名】 ヒーリングアロマヨーガ 17:00-17:45 伊藤 玲子	VOLT BOX 16:35-16:55 林 利樹		【映像 定員:20名】 VRレッスン Group Centergy 16:50-17:35	やさしいフリースタイル 16:45-17:30 万里		14:00			
【映像 定員:20名】	【WEB予約 定員:50名】			【WEB予約 定員:50名】 フリースタイルSTAGE 17:45-18:30 万里		14:30			
VRレッスン Group Groove 18:00-19:00	リトモス 18:00-18:45 長沼 淳子					15:00			
						15:30			
						16:00			
						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			19:30			
◆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。			◆スタジオレッスンについて◆ □ 色分けしているクラス 初心者～初中級者向けクラスです。 □ 色分けしているクラス 先月スケジュールからの変更箇所になります。 □ 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 □ 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。 ・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。						20:00
※10月24日(金)特別営業日となります。別紙スケジュールをご参照ください。						20:30			
						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)