

メガロス横浜天王町



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:24名】 バレエ〜バレースン〜 9:45-10:15 檜山 美穂	【WEB予約 定員:50名】 グリーンヨーガ 9:00-9:30 木村 美輝		【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】	ウォーキングコース 8:30〜9:55	【WEB予約 定員:36名】	【WEB予約 定員:50名】 ウォーガスム 9:00〜9:30 中谷 一江	ウォーキングコース 8:30〜9:55	【WEB予約 定員:36名】	【WEB予約 定員:50名】		9:00					
9:30																9:30		
10:00		【WEB予約 定員:50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】 ボディデザインピラティス 9:45-10:30 KIMU	アクアシェイブ 10:00-10:30 田中 ひとみ					【有料スクール】	健美操 9:45-10:30 中谷 一江	アクアダンス🏊 10:00-10:30 遠藤 亜紀子	【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	10:00
10:30		【WEB予約 定員:24名】																【WEB予約 定員:36名】 太極拳 10:45-11:30 中川 友
11:00	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	アクアアドバンス 11:00-11:30 石川 由美子				【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】 ZUMBA® 11:30-12:00 Masumi	【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】 やすらぎヨーガ 10:30-11:00 AUM	【WEB予約 定員:50名】	11:00					
11:30	【有料スクール】	【WEB予約 定員:50名】 ウォーガスム 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	【WEB予約 定員:36名】 5くらエアロ30 11:30-12:00 木村 美輝	【WEB予約 定員:50名】 リトモス 12:15-13:00 長沼 淳子	【有料】REBORNS FIT 12:30-13:30 木村 美輝
12:00	【有料】ジャズダンススクール 11:30-12:30 前 恵治	【WEB予約 定員:50名】 ハーモニズム 12:20-12:50 森 まり子	【有料】スイムスクール 12:30-13:30	【有料】バレエスクール 12:45-13:45 小島 崇行	【WEB予約 定員:40名】 Group Power 13:15-14:00 REO	【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	【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:50名】 スィムトレーニング 12:00-12:30	【WEB予約 定員:36名】 Group Power 13:05-13:35 林 利樹	【WEB予約 定員:50名】 ZUMBA® 12:50-13:35 KAYO	【WEB予約 定員:50名】 フリースタイルNEXT 13:45-14:30 DAISUKE	12:00					
12:30																		
13:00	【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				【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】 ZUMBA® 12:50-13:35 KAYO	【WEB予約 定員:50名】 ZUMBA® 12:50-13:35 KAYO	13:00					
13:30	【WEB予約 定員:28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 14:20-15:05 鈴木 妙子	【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA 15:15-15:45 REO	【WEB予約 定員:50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: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:50名】 Group Centergy 15:30-16:15 田村 亜月
14:00	【WEB予約 定員:28名】	【WEB予約 定員:50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	【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:50名】 スィムトレーニング 12:00-12:30	【WEB予約 定員:36名】 Group Power 13:05-13:35 林 利樹	【WEB予約 定員:50名】 ZUMBA® 12:50-13:35 KAYO	14:00					
14:30	エンジョイステップ 14:15-14:45 景浦 聡子	【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 14:20-15:05 鈴木 妙子	【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA 15:15-15:45 REO	【WEB予約 定員:50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: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:50名】 Group Centergy 15:30-16:15 田村 亜月
15:00	【WEB予約 定員:36名】	【WEB予約 定員:50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	【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:50名】 スィムトレーニング 12:00-12:30	【WEB予約 定員:36名】 Group Power 13:05-13:35 林 利樹	【WEB予約 定員:50名】 ZUMBA® 12:50-13:35 KAYO	15:00					
15:30	アドバンスエアロ 15:00-15:45 HARU	【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 14:20-15:05 鈴木 妙子	【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA 15:15-15:45 REO	【WEB予約 定員:50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: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:50名】 Group Centergy 15:30-16:15 田村 亜月
16:00						【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	【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:50名】 スィムトレーニング 12:00-12:30	【WEB予約 定員:36名】 Group Power 13:05-13:35 林 利樹	【WEB予約 定員:50名】 ZUMBA® 12:50-13:35 KAYO	16:00					
16:30	キッズダンス デビュー 16:10-17:10 HARU	【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 14:20-15:05 鈴木 妙子	【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA 15:15-15:45 REO	【WEB予約 定員:50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: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:50名】 Group Centergy 15:30-16:15 田村 亜月
17:00						【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	【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:50名】 スィムトレーニング 12:00-12:30	【WEB予約 定員:36名】 Group Power 13:05-13:35 林 利樹	【WEB予約 定員:50名】 ZUMBA® 12:50-13:35 KAYO	17:00					
17:30	キッズダンス ビギナー 17:10-18:10 HARU	【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 14:20-15:05 鈴木 妙子	【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA 15:15-15:45 REO	【WEB予約 定員:50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: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:50名】 Group Centergy 15:30-16:15 田村 亜月
18:00						【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	【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:50名】 スィムトレーニング 12:00-12:30	【WEB予約 定員:36名】 Group Power 13:05-13:35 林 利樹	【WEB予約 定員:50名】 ZUMBA® 12:50-13:35 KAYO	18:00					
18:30	キッズダンス ベシック 18:10-19:10 HARU	【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 14:20-15:05 鈴木 妙子	【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA 15:15-15:45 REO	【WEB予約 定員:50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: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:50名】 Group Centergy 15:30-16:15 田村 亜月
19:00		【有料スクール】				【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	【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:50名】 スィムトレーニング 12:00-12:30	【WEB予約 定員:36名】 Group Power 13:05-13:35 林 利樹	【WEB予約 定員:50名】 ZUMBA® 12:50-13:35 KAYO	19:00					
19:30	キッズダンス マスター 19:10-20:10 HARU	【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 14:20-15:05 鈴木 妙子	【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA 15:15-15:45 REO	【WEB予約 定員:50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: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:50名】 Group Centergy 15:30-16:15 田村 亜月
20:00		【WEB予約 定員:10名】 VOLT BOX 20:25-20:55 菊池 和				【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	【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:50名】 スィムトレーニング 12:00-12:30	【WEB予約 定員:36名】 Group Power 13:05-13:35 林 利樹	【WEB予約 定員:50名】 ZUMBA® 12:50-13:35 KAYO	20:00					
20:30	【映像 定員:20名】	【WEB予約 定員:10名】 VOLT BOX maximum 21:10-21:40 菊池 和											【WEB予約 定員:36名】 ボディデザインピラティス 14:20-15:05 鈴木 妙子	【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA 15:15-15:45 REO	【WEB予約 定員:50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: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:50名】 Group Centergy 15:30-16:15 田村 亜月
21:00	VRレッスン Group Groove 20:30-21:30 ※途中入退場不可	【WEB予約 定員:10名】 VOLT BOX maximum 21:10-21:40 菊池 和				【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	【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:50名】 スィムトレーニング 12:00-12:30	【WEB予約 定員:36名】 Group Power 13:05-13:35 林 利樹	【WEB予約 定員:50名】 ZUMBA® 12:50-13:35 KAYO	21:00					
21:30	【映像 定員:20名】	【WEB予約 定員:10名】 VOLT BOX maximum 21:10-21:40 菊池 和											【WEB予約 定員:36名】 ボディデザインピラティス 14:20-15:05 鈴木 妙子	【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA 15:15-15:45 REO	【WEB予約 定員:50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: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:50名】 Group Centergy 15:30-16:15 田村 亜月
22:00	【LIVEレッスン】 21:30-22:30 ※途中入退場不可 ※定刻通り実施いたします					【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	【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:50名】 スィムトレーニング 12:00-12:30	【WEB予約 定員:36名】 Group Power 13:05-13:35 林 利樹	【WEB予約 定員:50名】 ZUMBA® 12:50-13:35 KAYO	22:00					
22:30													【WEB予約 定員:36名】 ボディデザインピラティス 14:20-15:05 鈴木 妙子	【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA 15:15-15:45 REO	【WEB予約 定員:50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: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:50名】 Group Centergy 15:30-16:15 田村 亜月
23:00	マシンジム・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)										マシンジム・プール利用時間 22:50 館内退出時間 23:00			23:00				

2026/2

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						
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
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		9:00
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			9:30
【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		10:00
【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	【 有料スクール 】 【有料】REBORNS FIT 12:30-13:30 五十嵐 花織	【WEB予約 定員:50名】 バーニングアロ 11:30-12:00 HARU	担当者変更	10:30
【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・ランニングスクール 13:00-13:30 五十嵐 花織 ※1,3,週目ウォーキング 2,4週目ランニング			【WEB予約 定員:50名】 アドバンスアロ 12:10-12:55 HARU		11:00
	【WEB予約 定員:50名】 Group Fight 13:50-14:35 五十嵐 花織		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		11:30
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 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 ※途中入退場不可	Group Blast 14:20-15:05 五十嵐 花織		12:00
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:10名】 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: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 マスタースクラス	12:30
【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	【WEB予約 定員:10名】 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 ※途中入退場不可	【WEB予約 定員:50名】 やさしいフリースタイル 16:45-17:30 万里		13:00
【WEB予約 定員:36名】 ヒーリングアロヨーガ 17:00-17:45 伊藤 玲子	【映像 定員:20名】 VRレッスン Group Groove 18:00-19:00 ※途中入退場不可			【WEB予約 定員:50名】 フリースタイルSTAGE 17:45-18:30 万里		13:30
						14:00
						14:30
						15:00
						15:30
						16:00
						16:30
						17:00
						17:30
						18:00
						18:30
						19:00
						19:30
						20:00
						20:30
						21:00
						21:30
						22:00
						22:30
						23:00
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			
◆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			□ 色分けしているクラス 初心者～初中級者向けクラスです。			
・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。			□ 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。			
・参加は先着順、定員20名となります。			□ 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			
【祝日特別スケジュールについてのご案内】			□ 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。			
・祝日は、プログラムが変更になる場合がございます。			・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。			
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。			・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。			



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)