

【改訂版】
2026/8

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

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:55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 9:05-9:35 キャスト	【WEB予約 定員:55名】	ウォーキングコース 8:30～9:55	【WEB予約 定員:40名】	【WEB予約 定員:55名】 ウォーカリズム 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:55名】		9:00
9:30	【WEB予約 定員:24名】	【WEB予約 定員:55名】		【WEB予約 定員:40名】	ボディデザインピラティス 9:30-10:15 KIMU		フラダンス 9:20-10:00 吉田 文乃	【WEB予約 定員:55名】		【WEB予約 定員:40名】	バーニングエアロ 9:20-10:10 HARU		9:30
10:00	バレエ～バレレッスン～ 9:45-10:15 檜山 美穂	エンジョイエアロ 9:50-10:20 江本 いそ子		やすらぎヨーガ 9:45-10:15 水本 純子		アクアシェイプ 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Ⅱ 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:55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:55名】		【WEB予約 定員:40名】	【WEB予約 定員:55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:55名】	【有料】REBORNS SWIM 10:30-11:30	【WEB予約 定員:40名】	【WEB予約 定員:55名】		10:30
11:00	バレエ 10:30-11:15 檜山 美穂	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 10:50-11:20 石川 由美子	気功 10:35-11:05 中川 友	ZUMBA@ 10:30-11:15 水本 純子			ラテンパシオン 10:45-11:15 Masumi		【WEB予約 定員:55名】	トラディショナルヨーガ45 11:10-11:55 AUM	ベビースクール 11:00-12:00	11:00
11:30	【有料スクール】	【WEB予約 定員:55名】		【WEB予約 定員:40名】	【WEB予約 定員:55名】	ベビースクール 11:00-12:00	【WEB予約 定員:40名】	【WEB予約 定員:55名】	スイムトレーニング 11:30-12:00	エンジョイエアロ 11:20-11:50 木村 美輝	【WEB予約 定員:55名】		11:30
12:00	【有料】ジャズダンススクール 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	ベリーダンス 11:30-12:15 ACALI	太極拳 11:30-12:15 中川 友		らくらくエアロ30 11:30-12:00 木村 美輝	ZUMBA@ 11:30-12:00 Masumi		【WEB予約 定員:28名】	トラディショナルヨーガ 12:05-12:50 AUM	スイムトレーニング 12:00-12:30	12:00
12:30		【WEB予約 定員:55名】	フィンスイム 12:05-12:25	【WEB予約 定員:40名】	【WEB予約 定員:40名】	平泳ぎ・バタフライ入門Ⅱ 12:05-12:25	【有料スクール】	【WEB予約 定員:55名】	平泳ぎ・バタフライ応用/フィンスイム 12:05-12:25	ボルdeスリキリ 12:10-12:30 キャスト	【WEB予約 定員:28名】		12:30
13:00	【有料スクール】	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	ジャズダンス 12:30～13:15 小島 崇行	Group Power 12:30-13:15 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	リトモス 12:15-13:00 長沼 淳子	【有料】スイムスクール 12:30-13:30	Group Power 12:45-13:30 林 利樹	【WEB予約 定員:55名】	【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:55名】		【WEB予約 定員:28名】	【WEB予約 定員:55名】			【予約不要】 13:15-13:25 かんたんストレッチ			ZUMBA@ 13:10-13:55 KAYO		13:30
14:00	【WEB予約 定員:28名】	【WEB予約 定員:55名】		エンジョイステップ 13:30-14:00 柴田 朋子	Group Fight 13:30-14:00 REO		【WEB予約 定員:28名】	【WEB予約 定員:55名】		【WEB予約 定員:40名】	【予約不要】 14:15-14:35 かんたんストレッチ	〈キッズスクール〉 キッズクラス	14:00
14:30	エンジョイステップ 14:15-14:45 景浦 聡子	Group Groove 14:10-14:55 RYUJI		バーニングエアロ 14:15-15:00 柴田 朋子	TOBIPPA 14:15-14:45 REO		【WEB予約 定員:40名】	【WEB予約 定員:55名】		フリースタイルNEXT 14:05-14:50 DAISUKE			14:30
15:00	【WEB予約 定員:40名】	【WEB予約 定員:55名】			【WEB予約 定員:55名】		ボディデザインピラティス 14:30-15:00 玉木 ひとみ	エンジョイエアロ 14:30-15:10 玉木 陽			【有料スクール】		15:00
15:30	アドバンスエアロ 15:00-15:45 HARU	【WEB予約 定員:55名】	〈キッズスクール〉 キッズクラス	【映像 定員: 20名】 VRレッスン Group Power 15:15-16:00 ※途中入退場不可	ボディデザインピラティス 15:10-15:55 鈴木 妙子	〈キッズスクール〉 キッズクラス	【映像 定員: 20名】 VRレッスン Group Groove 15:20-16:05 ※途中入退場不可	【WEB予約 定員:55名】	〈キッズスクール〉 キッズクラス	ミライク キッズクラス 【対象 満3歳～年長】 15:00-16:00	【有料】ダンススクール75 15:00-16:15 DAISUKE	〈キッズスクール〉 キッズクラス	15:30
16:00								Group Blast 13:45-14:15 玉木 陽	トラディショナルヨーガ 13:45-14:15 玉木 ひとみ				16:00
16:30	キッズダンス デビュー 16:10-17:10 HARU		〈キッズスクール〉 ジュニア1		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	〈キッズスクール〉 ジュニア1				〈キッズスクール〉 ジュニア1		〈キッズスクール〉 ジュニア1	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 池松 陽		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】 16:00-17:00		〈キッズスクール〉 ジュニア2	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	〈キッズスクール〉 ジュニア2		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	〈キッズスクール〉 ジュニア2				ミライク ジュニアクラス 【対象 年長～小学3年】 17:00-18:00		〈キッズスクール〉 ジュニア2	17:30
18:00				キッズバレエ① 17:35-18:35 泉 恵理		〈キッズスクール〉 ジュニア3	キッズチアスクールⅡ 【対象 小学3年～小学5年】 17:55-18:55 池松 陽				キッズ空手 木元道場 18:00-19:00	〈キッズスクール〉 ジュニア3	18:00
18:30	キッズダンス ベーシック 18:10-19:10 HARU		〈キッズスクール〉 ジュニア3		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				〈キッズスクール〉 ジュニア3				18:30
19:00		【有料スクール】		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					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 池松 陽		【有料】スイムスクール 19:00-20:00	【映像 定員:20名】 VRレッスン Group Power 19:45-20:15 ※途中入退場不可	【WEB予約 定員:55名】 Group Groove 20:00-20:30 伊藤 昭平	【有料】スイムスクール 19:30-20:30	19:30
20:00		【WEB予約 定員:55名】		【映像 定員: 20名】 VRレッスン Group Fight 20:15-21:00 ※途中入退場不可	【WEB予約 定員:40名】	【有料】トリアスロンスクール 19:30-20:45	【映像 定員:20名】 VRレッスン Group Power 20:15-20:45 ※途中入退場不可	【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA Cキナークラス 19:30-19:45 林 利樹		フィンスイム 20:05-20:25			20:00
20:30	【映像 定員:20名】	おながすっぴり Cキナークラス 20:15-20:30 キャスト			Group Power 20:20-21:05 Non		【WEB予約 定員:40名】	【WEB予約 定員:10名】		【映像 定員:20名】 VRレッスン Group Blast 20:45-21:15 ※途中入退場不可	【WEB予約 定員:55名】		20:30
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:55名】		【映像 定員: 20名】	【WEB予約 定員:55名】	スイムトレーニング 21:00-21:30	フリースタイルNEXT 21:00-21:50 DAISUKE	VOLT BOX30 20:55-21:25 松本 皓志	【有料】マスターズサークル 21:00-22:00	【映像 定員:20名】 VRレッスン Group Centergy 21:30-22:00 ※途中入退場不可	TOBIPPA 21:30-22:00 松本 皓志		21:00
21:30	【映像 定員:20名】	Group Groove 21:30-22:00 伊藤 昭平					【有料スクール】	【WEB予約 定員:10名】 VOLT BOXstart20 21:40-22:00 松本 皓志					21:30
22:00				VRレッスン Group Power 21:45-22:15 ※途中入退場不可			【有料】ハウススクール 22:00-22:30 DAISUKE						22:00
22:30													22:30
23:00	【利用時間】 マシジム22:50 / プール22:30 【館内退出時間】 23:00 (24時間会員は夜間利用可能)										【利用時間】マシジム22:50/プール22:30 【館内退出時間】 23:00		23:00

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	
			ミライジュニアクラス 【対象 年長〜小学3年】 8:00-9:00			8:30
						9:00
ミライキッズクラス 【対象 満3歳〜年長】 9:00-10:00	ミライジュニアクラス 【対象 年長〜小学3年】 9:00-10:00	〈キッズスクール〉キッズクラス	ミライキッズクラス 【対象 満3歳〜年長】 9:00-10:00	ミライジュニアクラス 【対象 年長〜小学3年】 9:00-10:00	〈キッズスクール〉ジュニア2	9:30
ミライキッズクラス 【対象 満3歳〜年長】 10:00-11:00	【WEB予約 定員:55名】 エンジョイエアロ 10:15-10:45 関本 弘美		ミライジュニアクラス 【対象 年長〜小学3年】 10:00-11:00	ミライベビークラス 【対象 10か月〜満3歳】 10:30-11:15	〈キッズスクール〉ジュニア1	10:00
【WEB予約 定員:40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	ベビースクール 10:30-11:30	【WEB予約 定員:40名】 トラディショナルヨーガ 11:25-12:10 三浦 安菜	【WEB予約 定員:55名】 バーニングアロ 11:30-12:00 HARU	〈キッズスクール〉キッズクラス	10:30
【WEB予約 定員:24名】 バレエ〜バレエズン〜 12:10-12:40 小島 崇行	【WEB予約 定員:55名】 ビュティフローピラティス 12:00-12:45 関本 弘美	【有料】マاستーズサークル 11:30-12:30	【WEB予約 定員:55名】 アドバンスアロ 12:10-12:55 HARU	【WEB予約 定員:55名】	〈キッズスクール〉キッズクラス	11:00
【無料登録制】 ウォーキング・ランニングサークル 13:00-13:30 キャスト ※1.3.週目ウォーキング 2.4週目ランニング	【WEB予約 定員:35名】 バレエ 13:00-13:45 小島 崇行	〈キッズスクール〉ジュニア2	【有料】REBORNS FIT 12:30-13:30 林 利樹	【WEB予約 定員:40名】 Group Power 13:15-14:00 田村 亜月	〈キッズスクール〉キッズクラス	11:30
	【WEB予約 定員:55名】	〈キッズスクール〉キッズクラス	トラディショナルヨーガ 13:45-14:30 AUM	【WEB予約 定員:55名】 Group Centergy 14:20-15:05 田村 亜月	〔有料〕スイムスクール 15:00-16:00 マاستーズクラス	12:00
ミライジュニアクラス 【対象 年長〜小学3年】 14:00-15:00	Group Fight 14:00-14:45 伊藤 昭平	〈キッズスクール〉キッズクラス	【映像 定員:20名】 VRレッスン Group Fight 15:10-15:55 ※途中入退場不可	【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA 15:25-15:55 林 利樹		12:30
ミライキッズクラス 【対象 満3歳〜年長】 15:00-16:00	Group Groove 15:05-15:50 伊藤 昭平	〈キッズスクール〉ジュニア1	【映像 定員:20名】 VRレッスン Group Blast 16:10-16:55 ※途中入退場不可	【無料登録制】 ボディメイクサークル 16:05-16:35 キャスト		13:00
【WEB予約 定員:40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:25名】 TOBIPPA 16:10-16:40 松本 皓志	〈キッズスクール〉ジュニア2		【WEB予約 定員:55名】 やさしいフリースタイル 16:45-17:30 万里	ボディメイクサークルは マシジムエリア or スタジオB での実施になります。 Bスタジオ前に集合です。ご協力 をお願いいたします。	13:30
【WEB予約 定員:40名】 ヒーリングアロマヨーガ 17:00-17:45 伊藤 玲子	【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA ビギナークラス 16:55-17:10 松本 皓志	〈キッズスクール〉ジュニア3		【WEB予約 定員:55名】 フリースタイルSTAGE 17:45-18:30 万里		14:00
【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:55名】 リトモス 18:00-18:45 長沼 淳子					14:30
						15:00
						15:30
						16:00
						16:30
						17:00
						17:30
						18:00
						18:30
						19:00
						19:30
						20:00
【利用時間】マシジム20:50・プール20:30 【館内退出時間】 21:00			【利用時間】マシジム19:50・プール19:30 【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。			
◆映像レッスンについて◆			□ 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。			20:30
◆映像レッスンについて◆			□ 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			
◆映像レッスンについて◆			□ 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。			21:00
◆映像レッスンについて◆			□ 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。			
◆映像レッスンについて◆			□ 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）			21:30
◆映像レッスンについて◆			フルタイム会員、U-30会員、ババママ会員の方は8枠			
◆映像レッスンについて◆			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。			22:00
◆映像レッスンについて◆			□ 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。			
◆映像レッスンについて◆			□ WEB予約締め切りは、レッスン開始5分前です。			22:30
◆映像レッスンについて◆			□ スタジオへの入場は、レッスン開始10分前からです。			
◆映像レッスンについて◆			□ ご予約された場所（立ち位置）にてご参加ください。			23:00
◆映像レッスンについて◆			□ 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。			
◆映像レッスンについて◆			□ 全てのレッスンで途中入退場は禁止となります。			



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。

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～)

ニング

記事アドバイス

2ヶ月目：グループ制

アドバンス

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 (税込) **円**