

2026/9 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】 フラダンス 9:20-10:00 吉田 文乃	【WEB予約 定員:55名】 ウォーガズム 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】 バレエ〜バレレッスン〜 9:45-10:15 檜山 美穂	【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						【WEB予約 定員:55名】 エンジョイエロ 9:30-10:00 木村 美輝		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	【 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	バレエ 10:30-11:15 檜山 美穂	【WEB予約 定員:55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 10:50-11:20 石川 由美子	【WEB予約 定員:40名】	【WEB予約 定員:55名】 ZUMBA@ 10:30-11:15 水本 純子	ベビースクール 11:00-12:00	【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】 ラテンバシオン 10:45-11:15 Masumi	【有料】REBORNS SWIM 10:30-11:30	【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	10:30		
11:00	【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】					【WEB予約 定員:55名】 エンジョイエロ 11:20-11:50 木村 美輝	【WEB予約 定員:40名】	【WEB予約 定員:55名】	【WEB予約 定員:55名】	【WEB予約 定員:55名】
11:30	ジャズダンス短期スクール 11:30-12:30 前 恵治	ウォーガリズム 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	平泳ぎ・バタフライ入門🏊 12:05-12:25	【 有料スクール 】	【WEB予約 定員:55名】 ZUMBA@ 11:30-12:00 Masumi	スイムトレーニング 11:30-12:00	【WEB予約 定員:28名】 エンジョイエロ 11:20-11:50 木村 美輝	【WEB予約 定員:55名】	スィムトレーニング 12:00-12:30	11:30	
12:00		【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】	【WEB予約 定員:55名】 リトモス 12:15-13:00 長沼 淳子		【WEB予約 定員:55名】 グループパワー 12:45-13:30 林 利樹	【WEB予約 定員:28名】 グループパワー 12:45-13:30 林 利樹
12:30	【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】REBORNS FIT 12:30-13:30 木村 美輝	【 有料スクール 】	【WEB予約 定員:55名】 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	【WEB予約 定員:28名】 グループパワー 12:45-13:30 林 利樹	【WEB予約 定員:55名】 ZUMBA@ 13:10-13:55 KAYO	【有料】スイムスクール 12:30-13:30	12:30	
13:00		REBORNS FIT 13:00-14:00 伊藤 昭平		【WEB予約 定員:55名】 やすらぎヨーガ 13:20-13:50 景浦 聡子	【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
13:30	【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:55名】	【有料】スイムスクール 12:30-13:30	【WEB予約 定員:40名】	【WEB予約 定員:25名】	【WEB予約 定員:40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:55名】 エンジョイエロ 14:30-15:10 玉木 陽	【WEB予約 定員:55名】 グループセンターギ 15:20-16:00 田村 亜月	【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】 グループグルーブ 20:00-20:30 伊藤 昭平	【WEB予約 定員:55名】 グループファイト 20:45-21:15 伊藤 昭平	13:30	
14:00		【WEB予約 定員:55名】		グループグルーブ 14:10-14:55 RYUJI	【WEB予約 定員:40名】								【WEB予約 定員:25名】 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
14:30	【WEB予約 定員:40名】	【WEB予約 定員:55名】	【有料】スイムスクール 12:30-13:30	【映像 定員:20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 14:30-15:00 玉木 ひとみ	【WEB予約 定員:55名】 エンジョイエロ 14:30-15:10 玉木 陽	【WEB予約 定員:55名】 グループセンターギ 15:20-16:00 田村 亜月	【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】 グループグルーブ 20:00-20:30 伊藤 昭平	【WEB予約 定員:55名】 グループファイト 20:45-21:15 伊藤 昭平	14:30	
15:00	アドバンスエアロ 15:00-15:45 HARU	【WEB予約 定員:55名】		【映像 定員:20名】	【WEB予約 定員:55名】								【WEB予約 定員:40名】 グループパワー 20:20-21:05 Non	【WEB予約 定員:40名】 グループパワー 20:20-21:05 Non
15:30	キッズダンスデビュー 【対象 満5歳〜小学3年】 16:10-17:10 HARU	グループファイト 15:10-15:55 RYUJI	〈キッズスクール〉 キッズクラス	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 15:25-16:05 ※途中入退場不可	【WEB予約 定員:55名】 グループセンターギ 15:20-16:00 田村 亜月	〈キッズスクール〉 キッズクラス	ミライク ジュニアクラス 【対象 年長〜小学3年】 16:00-17:00	【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													キッズチアスクールⅠ 【対象 満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
16:30	キッズダンスビギナー 【対象 小学2年生〜】 17:10-18:10 HARU	キッズ空手 【対象 満5歳〜小学6年】 17:00-18:00 木元道場	〈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〜小学5年】 17:10-18:10 渡辺 あさぎ	キッズチアスクールⅡ 【対象 小学3年〜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	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 【対象 満5歳〜小学6年】 17:00-18:00 木元道場	〈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	【有料】ダンススクール75 15:00-16:15 DAISUKE	〈キッズスクール〉 ジュニア1	16:30	
17:00														
17:30	キッズダンスベーシック 【対象 講師認定クラス】 18:10-19:10 HARU		〈キッズスクール〉 ジュニア3	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	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	キッズ空手 【対象 満5歳〜小学6年】 17:00-18:00 木元道場	〈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	【有料】ダンススクール75 15:00-16:15 DAISUKE	〈キッズスクール〉 ジュニア2	17:30	
18:00														
18:30	キッズダンスマスター 【対象 講師認定クラス】 19:10-20:10 HARU	ハウスダンス短期スクール 19:00-20:00 万里	〈キッズスクール〉 ジュニア3	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	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	キッズ空手 【対象 満5歳〜小学6年】 17:00-18:00 木元道場	〈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	【有料】ダンススクール75 15:00-16:15 DAISUKE	〈キッズスクール〉 ジュニア2	18:30	
19:00		【有料スクール】												
19:30	キッズダンスマスター 【対象 講師認定クラス】 19:10-20:10 HARU	ハウスダンス短期スクール 19:00-20:00 万里	〈キッズスクール〉 ジュニア3	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	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	キッズ空手 【対象 満5歳〜小学6年】 17:00-18:00 木元道場	〈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	【有料】ダンススクール75 15:00-16:15 DAISUKE	〈キッズスクール〉 ジュニア2	19:30	
20:00		【WEB予約 定員:55名】												
20:30	【映像 定員:20名】	おなかすっきり ヒキチーグラス 20:15-20:30 キャスト🏊	【WEB予約 定員:40名】 VRレッスン Group Fight 20:15-21:00 ※途中入退場不可	【映像 定員:20名】	【WEB予約 定員:40名】	【WEB予約 定員:40名】 グループパワー 20:20-21:05 Non	【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:55名】 グループセンターギ 21:25-22:10 Non	【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	【WEB予約 定員:55名】 グループグルーブ 21:30-22:00 松本 皓志	【WEB予約 定員:25名】 グループファイト 21:30-22:00 松本 皓志	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:40名】 グループファイト 20:45-21:15 伊藤 昭平		【映像 定員:20名】	【WEB予約 定員:55名】								【WEB予約 定員:40名】 グループパワー 20:20-21:05 Non	【WEB予約 定員:40名】 グループパワー 20:20-21:05 Non
21:30	【映像 定員:20名】	【WEB予約 定員:55名】	【WEB予約 定員:55名】 グループグルーブ 21:30-22:00 伊藤 昭平	VRレッスン Group Groove 21:15-22:15 ※途中入退場不可	【WEB予約 定員:55名】	【WEB予約 定員:55名】 グループセンターギ 21:25-22:10 Non	【WEB予約 定員:55名】 グループセンターギ 21:25-22:10 Non	【WEB予約 定員:55名】 グループセンターギ 21:25-22:10 Non	【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	【WEB予約 定員:55名】 グループグルーブ 21:30-22:00 松本 皓志	【WEB予約 定員:25名】 グループファイト 21:30-22:00 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													
22:30														22:30
23:00	マシンジム・プール利用時間は 22 : 30 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 22:30 館内退出時間 23:00			23:00

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			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	〈キッズスクール〉 ジュニア2	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:55名】 エンジョイエアロ 10:15-10:45 関本 弘美	〈キッズスクール〉 キッズクラス	ミライク ジュニアクラス 【対象 年長～小学3年】 10:00-11:00		〈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	【WEB予約 定員:55名】 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	ミライク ベビークラス 【対象 10ヵ月～満3歳】 10:30-11:15	〈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～バレエレッスン～ 12:00-12:40 小島 崇行	【WEB予約 定員:55名】 ビューティフローピラティス 12:00-12:45 関本 弘美	【有料】マスタースサークル 11:30-12:30		【WEB予約 定員:55名】 バーニングアロ 11:30-12:00 HARU		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		【有料スクール】 REBORNS FIT 12:30-13:30 キャスト	【WEB予約 定員:55名】 アドバンスアロ 12:10-12:55 HARU	〈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〉 ジュニア2	【WEB予約 定員:40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 14:00-14:45 伊藤 昭平	〈キッズスクール〉 キッズクラス		【WEB予約 定員:40名】		12:30
	【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 Fight 15:10-15:55 ※途中入退場不可	Group Centergy 14:20-15:05 田村 亜月		13:00
ミライク 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	【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA 15:25-15:55 林 利樹	【有料】スイムスクール 15:00-16:00 マスタースクラス	13:30
【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		【無料登録制】 ボディメイクサークル 16:05-16:35 キャスト		14:00
【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 ビキナークラス 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】 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 力お願いいたします。	14:30
【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			【WEB予約 定員:55名】 フリースタイルSTAGE 17:45-18:30 万里		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

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



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～)

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

1回45分×月何回でも参加可能

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**