

2026年9月25日（金）スタジオ特別スケジュール

MEGALOS YOKOHAMA TENNOCHO Time Line For Studio , Gym						
	スタジオA	スタジオB	プール	ホットヨーガ	テニススクール	
8:30	営業開始時間 9 : 00					8:30
9:00		ショートレッスン 終日休講				
9:30						
10:00	【WEB予約 定員:40名】 かんたんストレッチ 10:00-10:30 キャスト					
10:30					振替レッスン 中級/上級 10 : 00-11 : 20	
11:00		【WEB予約 定員:55名】 おながすつり 11:00-11:15 キャスト				
11:30	【WEB予約 定員:40名】 ボールdeスッキリ 11:30-12:00 キャスト		ベビースクール			
12:00			11:00～12:00		振替レッスン 初級/初中級 11 : 20-12 : 40	
12:30		【WEB予約 定員:55名】 リトモス 12:15-13:00 長沼 淳子				
13:00	【WEB予約 定員:40名】 トラディショナルヨーガ 13:15-14:00 玉木 ひとみ					
13:30						
14:00	【WEB予約 定員:40名】 ボディアデザインピラティス 14:20-15:05 玉木 ひとみ	【WEB予約 定員:55名】 エンジョイエアロ 14:10-14:55 中谷 一江				
14:30						
15:00					レンタルコート 14 : 00～16 : 00	
15:30		【WEB予約 定員:10名】 VOLT BOX30 15:20-15:50 松本 皓志		【 予約制 】 ホットヨーガ・ベーシック45 15:30-16:15 中谷 一江		
16:00			〈キッズスクール〉			
16:30			キッズクラス			
17:00	黄色の枠は初心者の方でも楽しめる 参加しやすいクラスとなっております！		〈キッズスクール〉			
17:30			ジュニアクラス			
18:00			〈キッズスクール〉			
18:30	【WEB予約 定員:40名】 かんたんストレッチ 18:20-18:50 キャスト		ジュニアクラス			
19:00		【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA 19:00-19:30 松本 皓志				
19:30						
20:00		【WEB予約 定員:40名】 Group Power 19:50-20:20 田村 亜月			振替レッスン 中級/上級 19 : 00-20 : 20	振替レッスン 初中級/中級 19 : 00-20 : 20
20:30						
21:00	通常営業時間 : マシンジムのご利用時間は 20 : 50 までプールは 20:30 まで 最終退館時間は 21 : 00 となります。					21:00
21:30						21:30
22:00						22:00
22:30						22:30
23:00						23:00