

2026年10月12日（月・祝）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	ルフレスタジオ		
	営業開始 8 : 30					
8:30	ショートレッスン 終日休講				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			9:00	
9:30					9:30	
		【WEB予約 定員:24名】 バレエ〜バーレッスン〜 9:45-10:15 玉井 英里香	【WEB予約 定員:55名】 エンジョイエアロ 9:50-10:20 江本 いそ子		10:00	
10:00						
10:30	【WEB予約 定員:24名】 バレエ 10:30-11:15 玉井 英里香	【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		Reformer Pilates 【深める45】 10:00〜10:45 Sakie	10:30	
11:00			アクアアドバンス 10:50-11:20 石川 由美子	【ルフレ会員限定 定員:7名】	11:00	
11:30		【WEB予約 定員:55名】 ヴォーカリズム 11:35-12:05 森 まり子		Reformer Pilates 【Total Basic45】 11:15〜12:00 Sakie	11:30	
12:00		【WEB予約 定員:55名】			12:00	
12:30		ハーモニズム 12:20-12:50 森 まり子	フィンスイム 12 : 05-12 : 25	【ルフレ会員限定 定員:10名】	12:30	
13:00	【 有料スクール 】			Gaze45 〜美尻〜 12:30〜13:15 Sakie	13:00	
13:30	【有料】REBORNS FIT 13:00-14:00 伊藤 昭平	【WEB予約 定員:55名】 やすらぎヨーガ 13:15-13:45 景浦 聡子			13:30	
14:00	【WEB予約 定員:40名】	【WEB予約 定員:40名】 エンジョイステップ 14:00-14:30 景浦 聡子			14:00	
14:30	アドバンスエアロ 14:15-15:00 HARU	【WEB予約 定員:55名】			14:30	
15:00		Group Groove 14:45-15:30 RYUJI		【ルフレ会員限定 定員:10名】	15:00	
15:30				ホットヨーガ・ベーシック45 15:00-15:45 景浦 聡子	15:30	
16:00	キッズダンス デビュー ※15:30-16:30 HARU	【WEB予約 定員:55名】 Group Fight 15:45-16:30 RYUJI			16:00	
16:30					16:30	
17:00	キッズダンス ビギナー ※16:30-17:30 HARU				17:00	
17:30					17:30	
18:00	キッズダンス ベーシック ※17:30-18:30 HARU				18:00	
18:30					18:30	
19:00	キッズダンス マスター ※18:30-19:30 HARU	【有料】短期ダンススクール 19:00-20:00 万里			19:00	
19:30		※スクール生の皆様の ご退館時刻は20:30となります			19:30	
20:00			祝日営業時間 : マシシム19 : 50まで プール19:30まで 最終退館時間は20 : 00となります。 (24時間会員はマシシムのみ夜間利用可能)		20:00	