

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: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】 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】 ボディデザインピラティス 9:30-10:15 KIMU	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:40名】	【WEB予約 定員:55名】 バーニングエアロ 9:20-10:10 HARU		9:00		
9:30		【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】		9:30					
10:00		【WEB予約 定員:55名】 エンジョイエアロ 9:50-10:20 江本 いそ子		【WEB予約 定員:40名】			【WEB予約 定員:55名】	【WEB予約 定員:55名】 健美操 9:45-10:30 中谷 一江		【WEB予約 定員:55名】 アクアダンスⅡ 10:00-10:30 遠藤 亜紀子			【WEB予約 定員:55名】 エンジョイエアロ 9:30-10:00 木村 美輝	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】 ラテンパシオン 10:45-11:15 Masumi	【有料】REBORNS FIT 10:10-11:10 亜月	10:30
11:00		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】 ZUMBA® 10:30-11:15 水本 純子		【WEB予約 定員:55名】 ラテンパシオン 10:45-11:15 Masumi			【有料】REBORNS SWIM 10:30-11:30	【WEB予約 定員:55名】 やすらぎヨーガ 10:30-11:00 AUM	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】		【WEB予約 定員:40名】 エンジョイエアロ 11:20-11:50 木村 美輝	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	11:30		
12:00	ジャズダンス短期スクール 11:30-12:30 前 恵治	【WEB予約 定員:55名】 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	クロール・背泳ぎ入門Ⅱ 12:05-12:25	【WEB予約 定員:55名】 5&6エアロ30 11:30-12:00 木村 美輝	【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:40名】 エンジョイエアロ 11:20-11:50 木村 美輝	【WEB予約 定員:55名】 トラディショナルヨーガ 12:05-12:50 AUM	スィムトレーニング 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】	【有料】スクール	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 利樹	【WEB予約 定員:55名】 ZUMBA® 13:10-13:55 KAYO	【WEB予約 定員:55名】 グループパワー 12:45-13:30 利樹	【WEB予約 定員:55名】 ZUMBA® 13:10-13:55 KAYO	【WEB予約 定員:55名】 グループパワー 12:45-13:30 利樹	13:00
13:00	【有料スクール】	【WEB予約 定員:55名】	【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 利樹	【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:55名】	【WEB予約 定員:55名】 ZUMBA® 13:10-13:55 KAYO	【WEB予約 定員:55名】 グループパワー 12:45-13:30 利樹	【WEB予約 定員:55名】 ZUMBA® 13:10-13:55 KAYO	【WEB予約 定員:55名】 グループパワー 12:45-13:30 利樹	13:00
13:30	REBORNS FIT 13:00-14:00 伊藤	【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】 エンジョイステップ 13:30-14:00 柴田 朋子	【WEB予約 定員:55名】 Group Fight 13:30-14:00 松本			【WEB予約 定員:28名】 グループブラスト 13:45-14:15 玉木 陽		【WEB予約 定員:55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:40名】 グループパワー 12:45-13:30 利樹
14:00	【WEB予約 定員:28名】	【WEB予約 定員:55名】	〈キッズスクール〉 キッズクラス	【WEB予約 定員:40名】 バーニングエアロ 14:15-15:00 柴田 朋子	TOBIPPA 14:15-14:45 松本	〈キッズスクール〉 キッズクラス	【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】 エンジョイエアロ 14:30-15:10 玉木 陽	〈キッズスクール〉 キッズクラス	【WEB予約 定員:40名】 グループパワー 12:45-13:30 利樹	【WEB予約 定員:55名】 ZUMBA® 13:10-13:55 KAYO	【WEB予約 定員:55名】 グループパワー 12:45-13:30 利樹	【WEB予約 定員:55名】 ZUMBA® 13:10-13:55 KAYO	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		【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: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】 エンジョイエアロ 14:30-15:10 玉木 陽	【WEB予約 定員:55名】 グループセンターギ 15:25-16:10 亜月	【WEB予約 定員:40名】 グループパワー 12:45-13:30 利樹	【WEB予約 定員:55名】 ZUMBA® 13:10-13:55 KAYO	【WEB予約 定員:55名】 グループパワー 12:45-13:30 利樹	【WEB予約 定員:55名】 ZUMBA® 13:10-13:55 KAYO
15:00	アドバンスエアロ 15:00-15:45 HARU	【WEB予約 定員:55名】 Group Fight 15:10-15:55 RYUJI	〈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	【WEB予約 定員:55名】 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】 グループセンターギ 15:25-16:10 亜月	〈キッズスクール〉 キッズクラス	【WEB予約 定員:40名】 グループパワー 12:45-13:30 利樹	【WEB予約 定員:55名】 ZUMBA® 13:10-13:55 KAYO	【WEB予約 定員:55名】 グループパワー 12:45-13:30 利樹	【WEB予約 定員:55名】 ZUMBA® 13:10-13:55 KAYO	15:00	
15:30															
16:00	キッズダンスデビュー 【対象 満5歳〜小学3年】 16:10-17:10 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	キッズバレエⅠ 【対象 満5歳〜小学6年】 17:35-18:35 泉 恵理	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	キッズチアスクールⅠ 【対象 満5歳〜小学2年】 16:50-17:50 池松 陽	キッズチアスクールⅠ 【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1	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	〈キッズスクール〉 ジュニア1	16:00	
16:30															
17:00	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	キッズバレエⅠ 【対象 満5歳〜小学6年】 17:35-18:35 泉 恵理	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〉 キッズクラス	〈キッズスクール〉 ジュニア2	17:00	
17:30															
18:00	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	【有料スクール】 ハウスタンス短期スクール 19:00-20:00 万里	〈キッズスクール〉 ジュニア3	キッズバレエⅡ 【対象 5歳〜小学6年】 18:40-19:40 泉 恵理	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	〈キッズスクール〉 ジュニア3	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〉 キッズクラス	〈キッズスクール〉 ジュニア3	18:00	
18:30															
19:00	キッズダンスマスター 【対象 講師認定クラス】 19:10-20:10 HARU	【WEB予約 定員:55名】 おなかつ通り ヒキナークラス 20:15-20:30 キヤスト	〈キッズスクール〉 ジュニア3	キッズバレエⅡ 【対象 5歳〜小学6年】 18:40-19:40 泉 恵理	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	〈キッズスクール〉 ジュニア3	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〉 キッズクラス	〈キッズスクール〉 ジュニア3	19:00	
19:30															
20:00	【映像 定員:20名】	【WEB予約 定員:55名】	【WEB予約 定員:40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】 Group Power 20:00-20:45 Non	【有料】トライアスロンスクール 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 20:00-20:30 岡部	【WEB予約 定員:55名】 VOLT BOX30 20:55-21:25 松本	【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】 Group Fight 20:00-20:30 伊藤	【WEB予約 定員:55名】 グループパワー 12:45-13:30 利樹	【WEB予約 定員:55名】 ZUMBA® 13:10-13:55 KAYO	20:00	
20:30														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】
21:00	【映像 定員:20名】 VRレッスン Group Power 21:45-22:15 ※途中入退場不可	【WEB予約 定員:55名】	【WEB予約 定員:40名】	【映像 定員：20名】 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】 グループセンターギ 21:05-21:50 Non	スィムトレーニング 21:00-21:30	【WEB予約 定員:40名】 グループセンターギ 21:05-21:50 Non	【WEB予約 定員:10名】 VOLT BOXstart20 21:40-22:00 松本	【WEB予約 定員:10名】 VOLT BOXstart20 21:40-22:00 松本	【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】 グループパワー 12:45-13:30 利樹	【WEB予約 定員:55名】 ZUMBA® 13:10-13:55 KAYO	【WEB予約 定員:55名】 グループパワー 12:45-13:30 利樹	【WEB予約 定員:55名】 ZUMBA® 13:10-13:55 KAYO	21:00
21:30															
22:00															22:00
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	

2026/10 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	〈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】 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 【WEB予約 定員:55名】		ミライク ジュニアクラス 【対象 年長～小学3年】 10:00-11:00	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〉 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	ボディメイクエアロ 11:00-11:45 関本 弘美 【WEB予約 定員:55名】	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】 バーニングエアロ 11:30-12:00 HARU 【WEB予約 定員:55名】	〈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～バレレッスン～ 12:10-12:40 小島 崇行	【WEB予約 定員:55名】 ビューティフル～ピラティス 12:00-12:45 関本 弘美	【有料】マスタースークル 11:30-12:30	【有料スクール】 REBORNS FIT 12:30-13:30 利樹	アドバンスエアロ 12:10-12:55 HARU	〈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】	〈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	【WEB予約 定員:40名】 Group Power 13:15-14:00 垂月	〈キッズスクール〉 キッズクラス	11:30
	【WEB予約 定員:40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	【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA 15:25-15:55 利樹	【有料】スイムスクール 15:00-16:00 マスタースークル	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 Blast 14:00-14:45 岡部 【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 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 【WEB予約 定員:55名】		12:30
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 岡部 【WEB予約 定員:25名】 TOBIPPA 16:10-16:40 利樹	〈キッズスクール〉 ジュニア1		やさしいフリースタイル 16:45-17:30 万里 【WEB予約 定員:55名】	ボディメイクサークルは マシンジムエリア or スタジオB での実施になります。 集合場所：スタジオB	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 16:55-17:10 キャスト	〈キッズスクール〉 ジュニア2		フリースタイルSTAGE 17:45-18:30 万里		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:55名】 リトモス 18:00-18:45 長沼 淳子	〈キッズスクール〉 ジュニア3				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						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

ボディメイクサークルは
マシンジムエリア
or スタジオB
での実施になります。
集合場所：スタジオB

◆映像レッスンについて
 ・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。
 ・参加は先着順、定員20名となります。

《祝日特別スケジュールについてのご案内》
 ・祝日は、プログラムが変更になる場合がございます。
 スケジュール内容・参加方法につきましては、別紙にてご確認ください。

《ビギナーズのご案内》
 左のマークがついているレッスンはビギナーズです。ご入会1年未満の方が対象のレッスンとなります。

◆スタジオレッスンについて◆

☐ 色分けしているクラス 初心者～初中級者向けクラスです。
☐ 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。
☐ 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
☐ 【登録制】別途、登録制のクラスです。まいメガネット。
☐ 【有料スクール】別途、参加料金が必要となります。詳細スケジュールは別紙にてご確認ください。
 ・予約は、メガロスアプリにて登録の上、事前の予約が必要となります。
 ・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。
 ・ご予約された指定場所（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。
 ・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。

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

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(税込)円