

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					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	【WEB予約 定員:24名】	【WEB予約 定員:55名】			9:30
10:00	バレエ～バーレッスン～ 9:45-10:15 玉井 英里香	エンジョイエアロ 9:50-10:20 江本 いそ子		【ルフレ会員限定 定員:7名】 Reformer Pilates 【深める45】 10:00～10:45 Sakie	10:00
10:30	【WEB予約 定員:24名】	【WEB予約 定員:55名】			10:30
11:00	バレエ 10:30-11:15 玉井 英里香	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	【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】	フィンスイム 12 : 05-12 : 25		12:00
12:30		ハーモニズム 12:20-12:50 森 まり子		【ルフレ会員限定 定員:10名】 Gaze45 ～美尻～ 12:30～13:45 Sakie	12:30
13:00	【 有料スクール 】				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		【WEB予約 定員:55名】		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	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 : マシンジム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時間会員はマシンジムのみ夜間利用可能)		20:00