

2018年9月～ メガロス日比谷シャンテスタジオスケジュール

※2018年7月5日時点でのスケジュールとなります。
 今後、変更になる可能性がありますので、予めご了承ください。

店舗情報
 ◇営業時間 月曜日～金曜日 7:00～23:00/土曜日 10:00～21:00
 ◇休館日 毎週日曜日、夏期、年末年始

| 7:00 | 月曜日 | | | 火曜日 | | | 水曜日 | | | 木曜日 | | | 金曜日 | | | 土曜日 | | | 7:00 | |
|-------|--|-------------------------------|---|---------------------------------------|------------------------------|--|---------------------------------------|---------------------------------------|--|---------------------------------------|--|-------------------------------|---|-----------|---------------------------------------|---------------------------------------|-----------|--|------|--|
| | ホットスタジオ | アクティブスタジオ | アンティスタジオ | ホットスタジオ | アクティブスタジオ | アンティスタジオ | ホットスタジオ | アクティブスタジオ | アンティスタジオ | ホットスタジオ | アクティブスタジオ | アンティスタジオ | ホットスタジオ | アクティブスタジオ | アンティスタジオ | ホットスタジオ | アクティブスタジオ | アンティスタジオ | | |
| | | 営業開始 7:00 | | | 営業開始 7:00 | | | 営業開始 7:00 | | 営業開始 7:00 | | | 営業開始 7:00 | | 営業開始 7:00 | | | | | |
| 7:30 | 【常温】 7:30-8:10 やすらぎヨガ 40 | | | 【常温】 7:30-8:10 シェイプヨガ 40 | | | 【常温】 7:30-8:10 やすらぎヨガ 40 | | | 【常温】 7:30-8:10 シェイプヨガ 40 | | | 【常温】 7:30-8:10 シェイプヨガ 40 | | | 【常温】 7:30-8:10 やすらぎヨガ 40 | | | | |
| 8:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9:30 | | | | 9:00-9:45 FREE TIME | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10:30 | 【常温】 10:30-11:15 Gaze45 美尻マッシュマロヒップ 45 | | | 10:30-11:15 ホットスタイル ピラティス 45 | | | 10:30-11:15 ホットスタイル ピラティス 45 | | | 10:30-11:15 ホットスタイル ピラティス 45 | | | 10:30-11:15 ホットスタイル ピラティス 45 | | | 10:30-11:15 ホットスタイル ピラティス 45 | | | | |
| 11:00 | | 11:00-11:45 VOLTJUMP 45 | | | 11:00-11:45 VOLTBOX 45 | | | 11:00-11:45 BODY BALANCE 45 | 10:30-11:30 AntiGravity@60 Fundamentals1 | | | 11:00-11:45 VOLTJUMP 45 | | | 11:00-11:45 VOLTBOX 45 | | | | | |
| 11:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12:00 | 【常温】 12:00-12:45 Gaze45 美尻マッシュマロヒップ 45 | | 11:30-12:30 AntiGravity@60 RestrativeYoga | 12:00-12:45 ホットスタイル ピラティス 45 | | 11:30-12:30 AntiGravity@60 Fundamentals1 | | | 12:00-12:45 ホットスタイル ピラティス 45 | | 12:00-13:00 AntiGravity@60 Fundamentals1 | | 12:00-12:45 ホットスタイル ピラティス 45 | | 12:00-12:45 ホットスタイル ピラティス 45 | | | 11:30-12:30 AntiGravity@60 Fundamentals1 | | |
| 12:30 | | 12:30-13:15 VOLTJUMP 45 | | | 12:30-13:15 VOLTBOX 45 | | | 12:30-13:15 BODY COMBAT 45 | | | | | 12:30-13:15 VOLTJUMP 45 | | | 12:30-13:15 VOLTBOX 45 | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13:30 | | | 13:00-14:00 AntiGravity@60 RestrativeYoga | | | | | 13:15-14:00 ホットスタイル ピラティス 45 | | | | | 13:00-14:00 AntiGravity@60 Fundamentals1 | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | 13:15-17:00 FREE TIME | | | 13:15-17:00 FREE TIME | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17:30 | | 17:30-18:15 VOLTJUMP 45 | | | 17:30-18:15 VOLTBOX 45 | | | 17:30-18:15 BODY BALANCE 45 | | | | | 17:30-18:15 VOLTJUMP 45 | | | 17:30-18:15 VOLTBOX 45 | | | | |
| 18:00 | 18:00-18:45 ホットスタイル ピラティス 45 | | 18:00-19:00 AntiGravity@60 RestrativeYoga | 18:00-18:45 ホットスタイル ピラティス 45 | | 18:00-19:00 AntiGravity@60 Fundamentals1 | | | 18:00-18:45 ホットスタイル ピラティス 45 | | 18:00-19:00 AntiGravity@60 Fundamentals1 | | 18:00-19:00 AntiGravity@60 RestrativeYoga | | 18:00-18:45 ホットスタイル ピラティス 45 | | | | | |
| 18:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19:00 | | 18:45-19:30 VOLTJUMP 45 | | | 18:45-19:30 VOLTBOX 45 | | | 18:45-19:30 BODY COMBAT 45 | | | | | 18:45-19:30 VOLTJUMP 45 | | | 18:45-19:30 VOLTBOX 45 | | | | |
| 19:30 | 19:15-20:00 ホットスタイル ピラティス 45 | | 19:30-20:30 AntiGravity@60 RestrativeYoga | 19:15-20:00 ホットスタイル ピラティス 45 | | 19:30-20:30 AntiGravity@60 Fundamentals1 | | | 19:15-20:00 ホットスタイル ピラティス 45 | | 19:30-20:00 LES MILLS BARRE | | 19:15-20:00 ホットスタイル ピラティス 45 | | 19:15-20:00 ホットスタイル ピラティス 45 | | | | | |
| 20:00 | | 19:50-20:35 VOLTJUMP 45 | | | 19:50-20:35 VOLTBOX 45 | | | 20:00-20:45 BODY JAM 45 | | | | | 19:50-20:35 VOLTJUMP 45 | | | 19:50-20:35 VOLTBOX 45 | | | | |
| 20:30 | 20:30-21:15 ホットスタイル ピラティス 45 | | | 20:30-21:15 ホットスタイル ピラティス 45 | | | | | 20:30-21:15 ホットスタイル ピラティス 45 | | 20:30-21:00 LES MILLS BARRE | | 20:30-21:15 ホットスタイル ピラティス 45 | | 20:30-21:15 ホットスタイル ピラティス 45 | | | | | |
| 21:00 | | 21:00-21:45 VOLTJUMP 45 | 21:00-22:00 AntiGravity@60 RestrativeYoga | | 21:00-21:45 VOLTBOX 45 | | | | | | | | 21:00-22:00 BODY COMBAT 60 | | 21:00-22:00 BODY JAM 60 | | | | | |
| 21:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 22:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 23:00 | 最終チェックアウト時間 23:00 | | | 最終チェックアウト時間 23:00 | | | 最終チェックアウト時間 23:00 | | | 最終チェックアウト時間 23:00 | | | 最終チェックアウト時間 23:00 | | | 最終チェックアウト時間 23:00 | | | | |

◇ホットスタジオ・アンティスタジオについて
 ・女性専用スタジオとなっております。
 ※水曜日18:00-のクラスのみ男性専用となります。
 ※水曜日のLES MILLS BARREのクラスは男性の方もご参加いただけます。

営業開始 10:00

【男性限定】

最終チェックアウト時間 21:00