



メガロス浜松市野スケジュール

2024/5 4/4【改訂版】

【赤字表記プログラムの定員数】 スタジオA : 36名 / スタジオB : 24名
 【黒文字表記プログラムの定員数】 スタジオA : 39名 / スタジオB : 27名
 映像レッスンを除く全てのプログラムは**スタジオ予約システム**での場所予約制となります。
 ご予約した場所 (番号付き印●)でのレッスンご参加をお願いします。

店舗情報	
■営業時間	月曜日～木曜日 8:30-23:00 土曜日 8:30-22:00 日曜日・祝日 8:30-20:00
■休憩日	毎週金曜日、夏期、年末年始

MEGALOS HAMAMATSU ICHINO Time Line For Studio, Gym, Aqua

時間	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			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	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																		
9:00																		
9:30																		
10:00	●【定員36名】 10:00-10:30 インジョイエアロ 中川真子	●【定員27名】 9:50-10:40 トボディョナホーグ 柴田悦子		●【定員36名】 10:10-10:40 ZUMBA 中川真子	●【映像定員18名】 9:30-10:30 LIVE!太極拳 木下美穂		●【定員36名】 9:35-10:05 95エアロ 若松宏美	●【定員39名】 10:25-11:15 ボディデザインセラピー 青木一太郎	●【定員24名】 10:25-11:15 インジョイエアロ 若松宏美	●【定員36名】 9:25-10:25 REBORN HIT 鈴木俊博	●【定員39名】 10:20-11:10 トボディョナホーグ 中川真子	●【定員39名】 9:50-11:30 ベビースタイル 三浦美穂	●【定員36名】 8:00-9:00 ヨガ スクール	●【定員36名】 8:30-9:30 ヨガ スクール	●【定員36名】 8:30-9:30 ヨガ スクール	●【定員36名】 8:30-9:30 ヨガ スクール	●【定員36名】 8:30-9:30 ヨガ スクール	
10:30	●【定員36名】 10:50-11:35 ZUMBA 中川真子	●【定員27名※予約印】 11:15-11:30 REBORN Start 中川真子		●【定員36名】 11:00-11:45 SALSATION (サルベーション) 中川真子	●【定員24名】 11:00-11:40 インジョイエアロ 若松宏美		●【定員39名】 11:35-12:20 アフタヌーン ちえみ	●【定員27名】 11:30-12:20 トボディョナホーグ 日原純子	●【定員36名】 12:05-12:50 Group Fight 鈴木俊博	●【映像定員18名】 12:00-12:45 【映像】Group Groove	●【定員39名】 12:05-12:55 70-ル-剛流道 (入門)	●【定員39名】 12:05-12:55 70-ル-剛流道 (入門)	●【定員39名】 12:05-12:55 70-ル-剛流道 (入門)	●【定員39名】 12:05-12:55 70-ル-剛流道 (入門)	●【定員39名】 12:05-12:55 70-ル-剛流道 (入門)	●【定員39名】 12:05-12:55 70-ル-剛流道 (入門)	●【定員39名】 12:05-12:55 70-ル-剛流道 (入門)	
11:00																		
11:30																		
12:00	●【定員36名】 12:00-12:30 WORLDWIDE HITbox 小野祐貴	●【映像定員18名】 11:55-12:40 【映像】Group Power		●【定員36名】 12:05-12:35 エンジョイエアロ 若松宏美	●【映像定員18名】 12:00-12:45 【映像】Group Fight		●【定員36名】 12:35-13:05 【映像】Group Groove	●【定員27名】 13:00-14:00 スムスクール 初級・中級・上級	●【定員30名】 13:20-14:10 ビューティーボディセラピー 鈴木三枝	●【定員36名】 12:05-12:50 Group Fight 鈴木俊博	●【定員39名】 13:05-13:50 【映像】Group Power	●【定員39名】 13:05-14:00 スムスクール 初級・中級・上級	●【定員39名】 13:05-14:00 スムスクール 初級・中級・上級	●【定員39名】 13:05-14:00 スムスクール 初級・中級・上級	●【定員39名】 13:05-14:00 スムスクール 初級・中級・上級	●【定員39名】 13:05-14:00 スムスクール 初級・中級・上級	●【定員39名】 13:05-14:00 スムスクール 初級・中級・上級	
12:30																		
13:00	●【定員36名】 13:00-13:40 エンジョイエアロ 若松宏美	●【定員24名】 13:05-13:30 アフタヌーン ちえみ		●【定員39名】 13:00-13:45 Group Century 藤森香葉	●【映像定員18名】 13:15-13:45 【映像】Group Groove		●【定員36名】 13:45-13:30 Group Power 藤崎唯子	●【定員27名】 13:20-14:10 ビューティーボディセラピー 鈴木三枝	●【定員30名】 13:20-14:10 ビューティーボディセラピー 鈴木三枝	●【定員36名】 12:05-12:50 Group Fight 鈴木俊博	●【定員39名】 13:05-13:50 【映像】Group Power	●【定員39名】 13:05-14:00 スムスクール 初級・中級・上級	●【定員39名】 13:05-14:00 スムスクール 初級・中級・上級	●【定員39名】 13:05-14:00 スムスクール 初級・中級・上級	●【定員39名】 13:05-14:00 スムスクール 初級・中級・上級	●【定員39名】 13:05-14:00 スムスクール 初級・中級・上級	●【定員39名】 13:05-14:00 スムスクール 初級・中級・上級	
13:30																		
14:00	●【定員36名】 14:00-14:30 カーディオダンス(エアロ) 鈴木俊博	●【映像定員18名】 14:20-15:05 【映像】Group Fight		●【定員39名】 14:05-14:55 トボディョナホーグ 林千夏	●【映像定員18名】 14:05-14:50 【映像】Group Blast		●【定員36名】 15:15-15:45 エンジョイエアロ 若松宏美	●【定員27名】 14:30-15:00 太極拳 鈴木三枝	●【定員30名】 15:40-16:25 Group Groove 若松宏美	●【定員36名】 14:15-14:45 コアズダンス 柴田悦子	●【定員39名】 14:10-14:55 コアズダンス 柴田悦子	●【定員39名】 14:10-14:55 コアズダンス 柴田悦子	●【定員39名】 14:10-14:55 コアズダンス 柴田悦子	●【定員39名】 14:10-14:55 コアズダンス 柴田悦子	●【定員39名】 14:10-14:55 コアズダンス 柴田悦子	●【定員39名】 14:10-14:55 コアズダンス 柴田悦子	●【定員39名】 14:10-14:55 コアズダンス 柴田悦子	
14:30																		
15:00																		
15:30																		
16:00																		
16:30																		
17:00																		
17:30																		
18:00																		
18:30																		
19:00																		
19:30	●【女性限定【定員12名】】 19:30-19:50 Infinity kick 佐々木美穂	●【定員24名】 19:30-20:00 パニングエアロ 前田孝幸		●【定員36名】 19:25-20:10 Group Blast 若松宏美	●【映像定員18名】 19:30-20:00 【映像】Group Fight		●【定員30名】 19:30-20:00 TOBIPPA 小野祐貴	●【定員27名】 19:30-20:15 【映像】Group Fight	●【定員30名】 20:20-20:50 VOLTRUMP 若松宏美	●【定員36名】 19:10-20:00 パニングエアロ 平井朋子	●【定員39名】 19:10-19:55 【映像】Group Blast	●【定員39名】 19:10-19:55 【映像】Group Blast	●【定員39名】 19:10-19:55 【映像】Group Blast	●【定員39名】 19:10-19:55 【映像】Group Blast	●【定員39名】 19:10-19:55 【映像】Group Blast	●【定員39名】 19:10-19:55 【映像】Group Blast	●【定員39名】 19:10-19:55 【映像】Group Blast	
20:00	●【定員13名】 20:10-20:30 VOLTRUMP 鈴木俊博	●【定員24名】 20:20-21:05 小川 前田孝幸		●【定員30名】 20:15-21:05 パニングエアロ 鈴木俊博	●【映像定員18名】 20:25-20:50 【映像】Group Fight		●【定員30名】 20:20-20:50 VOLTRUMP 若松宏美	●【定員27名】 21:10-21:30 VOLTRUMP 藤森香葉	●【定員30名】 20:20-21:05 Group Power 若松宏美	●【定員36名】 20:15-21:05 パニングエアロ 平井朋子	●【定員39名】 20:25-20:55 パニングエアロ 前田孝幸	●【定員39名】 20:25-20:55 パニングエアロ 前田孝幸	●【定員39名】 20:25-20:55 パニングエアロ 前田孝幸	●【定員39名】 20:25-20:55 パニングエアロ 前田孝幸	●【定員39名】 20:25-20:55 パニングエアロ 前田孝幸	●【定員39名】 20:25-20:55 パニングエアロ 前田孝幸	●【定員39名】 20:25-20:55 パニングエアロ 前田孝幸	
20:30	●【定員36名】 20:45-21:30 Group Fight 鈴木俊博	●【映像定員18名】 21:25-22:10 【映像】Group Century		●【定員30名】 21:20-21:50 TOBIPPA 若松宏美	●【定員27名】 21:25-22:15 やすらまろー 鈴木俊博		●【定員30名】 21:25-22:15 やすらまろー 鈴木俊博	●【定員24名】 21:25-22:15 やすらまろー 鈴木俊博	●【定員36名】 21:25-22:10 Group Groove 若松宏美	●【定員39名】 21:25-22:15 やすらまろー 鈴木俊博	●【定員39名】 21:25-22:15 やすらまろー 鈴木俊博	●【定員39名】 21:25-22:15 やすらまろー 鈴木俊博	●【定員39名】 21:25-22:15 やすらまろー 鈴木俊博	●【定員39名】 21:25-22:15 やすらまろー 鈴木俊博	●【定員39名】 21:25-22:15 やすらまろー 鈴木俊博	●【定員39名】 21:25-22:15 やすらまろー 鈴木俊博	●【定員39名】 21:25-22:15 やすらまろー 鈴木俊博	
21:00																		
21:30																		
22:00																		
22:30																		
23:00																		
	マシニング・プール利用時間 施設閉館時間	22:50 まで 23:00		マシニング・プール利用時間 施設閉館時間	22:50 まで 23:00		マシニング・プール利用時間 施設閉館時間	22:50 まで 23:00		マシニング・プール利用時間 施設閉館時間	22:50 まで 23:00		マシニング・プール利用時間 施設閉館時間	22:50 まで 23:00				

～infinity kick～
 ※女性限定プログラム
 サンドバックを使用した20分間ワークアウトするクラス。
 美ボディを作る KICKBOXING
 ×
 高強度インターバル HIIT

【映像定員について】
 ・映像定員と記載のクラスは、映像レッスンです。
 ・参加は当日先着順です。(WEB予約は不要)
 ・入場は都度、キッズがご案内させていただきます。

マシニング・プール利用時間 19:50 まで
 施設閉館時間 20:00

お知らせ
 5月プログラムは以下となります。
 ・映像レッスンを除く全クラス(WEB予約制)となります。
 ・スタジオ予約システムにご登録の上、事前の場所予約制となります。
 ・ご登録方法は、キャンセルを必ずおこなってください。
 ・予約可能なクラス数は、ホームページ27は22-11-39、P(ママ)会員は毎月1レッスン
 ・ディナー・ナイト&トリバー会員は6レッスン
 ・(1レッスン消化済、新たに予約可)です。
 ・ゴルフ会員、プラチナ会員の方は2レッスン可能となります。
 ・WEB予約開始時間: 21日先の同時刻に終了するレッスンまで公開します。
 ・WEB予約開始時間: 21日先の同時刻に終了するレッスンまで公開します。
 ・予約の変更 (場所の変更・キャンセル)は、レッスン開始30分前までです。
 ・スタジオへの入場は、レッスン開始10分前からです。
 ・メガロススタジオ予約システムでの予約画面を見せながら入場です。
 ・全クラス定員満席となります。WEB予約 (スタジオ予約)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。
 ・スケジュールは変更となる場合がございます。ご了承ください。
 ・レッスンの途中入場はご遠慮ください。

マシニング・プール利用時間 21:50 まで
 施設閉館時間 22:00

● 枠 内容・時間が変更となっております。 ● 枠 VRオンラインLIVEレッスンになります。 ● 枠 VRMOSSAシリーズになります。 ● 枠 初心者向けクラスになります。