

メガロス柏スタジオスケジュール

【スタジオプログラム強度目安マークについて】

2024/5

...初級クラス (初めて参加する方も安心してご参加いただけます)

...中上級クラス (初級クラスへの参加経験がある方で運動強度が上がります)

※マークなしはどなたでもご参加いただけますが、不安な方はキャストまでお声掛けください
(有料クラス・映像クラス・ショートプログラム・スラックラインはマーク対象外)

MEGALOS KASHIWA Time Line For Studio, Gym, Aqua

	月曜日			火曜日			水曜日		
	スタジオA	スタジオB	マシジム	スタジオA	スタジオB	マシジム	スタジオA	スタジオB	マシジム
9:00	営業開始 9:00			営業開始 9:00			営業開始 9:00		
9:30	【有料】 REBORNS FIT 9:00~10:00 岡田美穂	定員55名 トランジショナルヨーガ 9:25~10:05 和久井里美		定員50名 エンジョイエアロ 9:40~10:10 島根典子	定員55名 陳式太極拳 短期スクール 9:00~9:45 籠房子	実施: 2・4週	定員50名 【映像】 Group Groove 30 9:15~9:45	定員55名 太極拳 9:30~10:00 籠房子	
10:00	定員50名				定員55名 バーニングエアロ 10:00~10:40 普神美穂		定員36名		
10:30	ラテンパシオン 10:15~10:55 KAORU	定員55名 エンジョイエアロ 10:25~10:55 河合清美		定員50名 トランジショナルヨーガ 10:25~11:05 小林賢章			アドバンスエアロ 10:00~10:45 加藤由美子		
11:00	定員50名	定員55名		定員50名	定員55名 Group Power 30 10:55~11:25 廣瀬適汰				【有料】 太極拳 スクール 10:15~11:30 籠房子
11:30	やさしいジャズダンス 11:10~11:40 五十嵐奈生	やすらぎヨーガ 11:10~11:40 河合清美		定員50名 ボディデザインピラティス 11:20~12:00 島根典子			【有料】 REBORNS FIT 11:00~12:00 加古千明	定員55名	
12:00	ジャズダンスSTAGE 11:50~12:20 五十嵐奈生	定員55名 バーニングステップ 11:55~12:35 河合清美	予約不要 かんたんストレッチ 11:50~12:05	定員50名 WORKOUT -hitsu- 12:15~12:45 廣瀬適汰	【有料】 REBORNS SENIOR 11:40~12:40 加古千明		スラックライン 12:00~12:30	定員55名 Group Century 30 11:45~12:15 岡田美穂	
12:30			セルフ利用		定員40名 アドバンスエアロ 13:00~13:45 清水愛子			定員50名 エンジョイエアロ 12:30~13:00 葉山佐知子	定員55名 Group Fight 30 12:30~13:00 加古千明
13:00	【有料】 ジャズダンス スクール 12:30~13:45 五十嵐奈生		スラックライン 12:30~13:00		定員40名				
13:30	定員50名	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 13:30~14:15 吉村麻美香		定員50名 【有料】 REBORNS FIT 13:00~14:00 廣瀬適汰			予約不要 青竹エグザサイズ 13:30~13:45	定員50名 バーニングエアロ 13:20~14:00 葉山佐知子	定員55名 トランジショナルヨーガ 13:15~13:55 坂井結美
14:00	【映像】 Group Century 13:55~14:25	定員32名		定員50名 ウォーカリズム 14:15~14:45 木村淳	定員40名			女性専用 定員50名 infinity flow 14:15~14:45 宮坂来瑠未	
14:30	定員50名	定員32名	セルフ利用		定員40名				セルフ利用 14:00~14:30
15:00	ボディデザインピラティス 14:40~15:20 美宅玲子	バレエ 14:30~15:10 高井景介	スラックライン 15:00~15:30	定員50名	定員40名				
15:30	定員50名			定員50名 トランジショナルヨーガ 15:00~15:40 川谷幸子	【有料】 フランダース スクール 15:00~16:15 フミコ			【有料】 REBORNS FIT 15:00~16:00 亀卦川奈央	
16:00	トランジショナルヨーガ 15:35~16:15 美宅玲子	【有料】 キッズバレエ チャイルド 15:30~16:30							【有料】 キッズ チアダンス チャイルド 15:30~16:30
16:30									セルフ利用 16:00~16:30
17:00	【有料】 ミライキッズ 16:30~17:30	【有料】 キッズバレエ ジュニアA 16:30~17:30		【有料】 キッズ ストリートダンス チャイルド 16:30~17:30	【有料】 キッズ空手 チャイルド 16:30~17:30		【有料】 ミライキッズ 16:30~17:30	【有料】 キッズ チアダンス ジュニア キッズ 16:30~17:30	
17:30									
18:00	【有料】 ミライジュニア 17:30~18:30	【有料】 キッズバレエ ジュニアB 17:30~18:30	セルフ利用	【有料】 キッズ ストリートダンス ジュニア 17:30~18:30	【有料】 キッズ空手 ジュニア 17:30~18:30		【有料】 ミライジュニア 17:30~18:30	【有料】 キッズ チアダンス ジュニア 17:30~18:30	
18:30			スラックライン 18:20~18:50						セルフ利用
19:00	定員36名			【有料】 キッズ ストリートダンス アドバンス 18:35~19:35	【有料】 キッズ空手 アドバンス 18:35~19:35		スラックライン 18:30~19:00	【有料】 太極拳・剣 スクール 18:45~20:00 籠房子 平川久恵	スラックライン 18:30~19:00
19:30	定員36名	女性専用 定員55名 infinity flow 19:40~20:10 廣瀬適汰	定員6名 ストレッチポール 19:40~19:55	定員50名 【映像】GroupCentury15 19:50~20:05	定員55名 トランジショナルヨーガ 19:30~20:10 下玉利昌子	定員6名 GRID® 19:30~19:40			定員6名 19:30~19:40
20:00	定員50名	定員55名 Group Century 30 20:25~20:55 廣瀬適汰	定員6名 GRID® 20:40~20:50	定員32名 TOBIPPA 20:30~21:00 籠谷伶	定員55名 バーニングエアロ 20:25~21:05 葉山佐知子	定員6名 ストレッチポール 20:45~21:00		定員32名 VOLTJUMP 20:20~20:50 吉田竜一	定員55名 Group Groove 45 20:20~21:05 亀卦川奈央
21:00	定員50名	定員55名		定員36名 WORKOUT -hitsu- (初心者向け) 21:15~21:45 多羅志大	定員55名			定員50名 【映像】GroupCentury15 21:05~21:20	
21:30	【映像】 Group Fight 30 21:15~21:45	Group Power 30 21:15~21:45 廣瀬適汰	セルフ利用		定員55名		スラックライン 21:15~21:45		定員16名 VOLTBOX 21:25~21:45 永留圭太
22:00			スラックライン 21:30~22:00		Group Fight 45 21:20~22:05 籠谷伶			MEGALOS ONLINE LIVE LESSON VOLTBOX 21:30~22:30	定員16名 VOLTBOX 21:55~22:15 永留圭太
22:30									
23:00									
23:30									
24:00	【通常利用時間】 マシジム・プールは 23:20 まで			【通常利用時間】 マシジム・プールは 23:20 まで			【通常利用時間】 マシジム・プールは 23:20 まで		



店舗情報	
■営業時間	月曜日～木曜日 9:00～23:30
	土曜日 9:00～21:00
	日曜日・祝日 9:00～20:00
	毎週金曜日、夏期、年末年始

木曜日									土曜日			日曜日			9:00
スタジオA	スタジオB	マシンジム	スタジオA	スタジオB	マシンジム	スタジオA	スタジオB	マシンジム	スタジオA	スタジオB	マシンジム	9:30			
営業開始 9:00									営業開始 9:00				営業開始 9:00		
定員50名 【映像】 Group Fight 30 9:20～9:50	【有料】 REBORNS FIT 9:00～10:00 岡田美穂		【有料】 ミライクジュニア 8:15～9:15 ミライクキッズ 9:15～10:15	定員40名 ミライクジュニア 8:15～9:15 アドバンスエアロ 9:30～10:15 赤崎由美子		【有料】 ミライクジュニア 8:15～9:15 ミライクキッズ 9:15～10:15	定員55名 トラディショナルヨーガ 9:30～10:10 下玉利昌子		定員55名 ZUMBA (45分クラス) 10:30～11:15 吉村麻美香			10:30			
定員50名 【映像】 Group Power 30 10:05～10:35	定員55名 フラダンス 10:20～10:50 フミコ		定員50名 Group Centergy 30 10:30～11:00 廣瀬適汰	定員50名 エンジョイステップ 10:30～11:10 前田ゆきえ		定員36名 オリジナル エアロ 10:35～11:20 及川健	定員55名 ZUMBA (45分クラス) 10:30～11:15 吉村麻美香						11:00		
定員36名 アドバンスエアロ 11:00～11:45 江村浩二	【有料】 フラダンス 短期スクール 11:00～11:45 フミコ	セルフ利用	定員50名 トラディショナルヨーガ 11:20～12:00 岩本律子	定員55名 Group Power 45 11:25～12:10 廣瀬適汰		定員50名 WORKOUT -hitsu- 11:45～12:15 永留圭大	定員55名 Group Blast 45 11:35～12:20 西河かおる					11:30			
定員50名 ジャズダンスSTAGE 12:00～12:30 小見美雪	定員55名 エンジョイエアロ 12:05～12:35 江村浩二	予約不要 再びエクササイズ 12:05～12:15 セルフ利用	女性専用 定員50名 infinity flow 12:25～12:55 宮坂来瑠未	定員55名 Group Fight 45 12:25～13:10 龍谷伶		定員55名 Group Fight 45 12:35～13:20 亀卦川奈央	定員16名 VOLTBX 12:45～13:05 永留圭大						12:00		
【有料】 ジャズダンス スクール 12:40～13:55 小見美雪	定員40名 アドバンスステップ 12:50～13:35 江村浩二	セルフ利用	定員32名 TOBIPPA 13:25～13:55 龍谷伶	定員50名 入門太極拳 13:25～13:55 山本葉子		定員50名 入門太極拳 13:25～13:55 山本葉子	定員16名 VOLTBX 13:20～13:40 永留圭大					12:30			
定員50名 WORKOUT -hitsu- 14:25～14:55 永留圭大	定員55名 ベリーダンス 14:10～14:50 アイーシャ	予約不要 かんたんストレッチ 14:25～14:35	定員55名 エンジョイエアロ 14:10～14:40 高木愛澄	定員55名 太極拳 14:05～14:35 山本葉子		定員55名 キッズチアダンス ジュニア 14:30～15:30	定員40名 アドバンスエアロ 14:20～15:05 MASATO						13:00		
定員50名 Group Groove 30 15:10～15:40 亀卦川奈央	定員55名 ウォーカリズム 15:05～15:50 小須 亨	セルフ利用	【有料】 ミライクキッズ 15:00～16:00	【有料】 バーニングエアロ 14:55～15:35 高木愛澄		【有料】 ミライクキッズ 15:30～16:30	定員55名 バーニングエアロ 15:15～15:45 MASATO					13:30			
【有料】 キッズ ストリートダンス チャイルド 16:30～17:30	【有料】 キッズ空手 チャイルド 16:30～17:30	セルフ利用	【有料】 ミライクキッズ 16:00～17:00	【有料】 エアロ短期 スクール 15:50～16:40 高木愛澄		【有料】 ミライクキッズ 15:30～16:30	【有料】 キッズチアダンス 育成クラス 16:00～17:00						14:00		
【有料】 キッズ ストリートダンス ジュニア 17:30～18:30	【有料】 キッズ空手 ジュニア 17:30～18:30	セルフ利用	【有料】 ミライクジュニア 17:00～18:00	【有料】 キッズ空手 チャイルド 17:00～18:00		【有料】 キッズチアダンス ジュニア 17:30～18:45 太田花子	【有料】 キッズチアダンス マールジュニア 17:00～18:00					14:30			
定員50名 フリースタイルSTAGE ～ハラスダンス～ 19:30～20:00 西澤竜一	定員16名 VOLTBX 19:15～19:35 永留圭大		定員50名 【映像】 Group Groove 30 19:30～20:00	【有料】 ジュニア2・成人 空手スクール 19:00～20:00 根本武千代		【有料】 キッズチアダンス マールトップ 18:00～19:00							15:00		
定員55名 カーズスタイルSTAGE ～ハラスダンス～ 20:15～20:55 西澤竜一	定員55名 Group Fight 30 20:25～20:55 亀卦川奈央	定員6名 GRIDS 20:45～21:00										15:30			
定員32名 TOBIPPA (ビギナークラス) 21:10～21:40 近藤夏美	定員55名 Group Blast 30 21:10～21:40 亀卦川奈央	定員6名 ストレッチボール 21:20～21:30											16:00		
【通常利用時間】 マシンジム・プールは 19:50 まで									【通常利用時間】 マシンジム・プールは 20:50 まで						
※対象：入会から1年未満									【通常利用時間】 マシンジム・プールは 20:50 まで						
レッスン内容・時間・インストラクター変更 有料スクール															
<p>・全レッスン【WEB予約制】です。スタジオ予約システムにて事前にご登録の上、ご参加ください。 (有料レッスン・映像レッスンは除く) ※スタジオ予約システムのご利用には事前のご登録が必要となります。</p> <p>・レッスン予約公開期間は、21日先の同時刻に終了するレッスンまでとなります。 ・同時予約可能枠数は、ご登録の会員種別により異なります。 ①メガロスクール等、複数店舗利用可能会員 12枠 ②フルタイム会員/U39会員/U32会員/U27会員/R/ママ会員 8枠 ③④⑤以外の会員種別 6枠</p> <p>・WEB予約締め切りは、レッスン開始5分前までです。</p> <p>・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。</p> <p>・スタジオへの入場は、レッスン開始10分前です。</p> <p>・スタジオへの入場順はごさいません。開始時刻までにご入場ください。</p> <p>・急な休講・変更の場合がございます。 その際は、レッスンにご予約されている皆様へ、スタジオ予約システムにご登録のメールアドレスにてお知らせいたします。</p> <p>・スケジュールは定期的な改正やイベントにより変更となる場合がございます。</p> <p>・スタジオ予約システムのご利用ができない方の予約方法や、その他ご不明な点がございましたら、キャストまでお尋ねください。</p>															
【通常利用時間】 マシンジム・プールは 23:20 まで															