

【2023/9/17-23】
メガロス葛飾12周年スケジュール
※有料イベント以外のレッスンは代行・代替・変更になる場合がございますので予めご了承ください

更新日: 2023/8/29



Table with columns for 営業時間 (Business Hours) and 休館日 (Closed Days). Business hours are 9:00-23:00 on weekdays, 9:00-21:00 on Saturdays, and 9:00-20:00 on Sundays and holidays. Closed days are every Sunday, summer, and New Year's.

Main schedule table for 9/17 (Sun), 9/18 (Mon/Holiday), and 9/19 (Tue). Columns represent time slots (9:00-23:00) and activity types (3F フィット, 4F リ・ビュア, プール). Activities include Group Groove, Zumba, Reborns Swim, and various fitness classes.

■通常スタジオレッスンについて
・全クラス【予約制】となっております。『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。
※映像レッスンは除く（途中入退室可能）
・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って異なります。
・予約締め切りは、レッスン開始5分前です。
・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。
・スタジオへの入場順は、ございません。開始時刻までにご入場ください。
・急な休講・変更の場合がございます。その際は、レッスンにご予約をいただいている皆様へスタジオ予約システムにご登録いただいているアドレスへメールにてお知らせいたします。
・スタジオ予約システムで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。
・マスクの着用は任意となっております。

チェックアウトタイム 20:00 ※24時間会員の方を除く

チェックアウトタイム 23:00 ※24時間会員の方を除く

9/20(水)

9/21(木)

9/23(土・祝)★大江戸ウォーク★

Table with columns for 3F フィット, 4F リ・ビュア, and プール for each day. Rows represent time slots from 9:00 to 23:00. Includes details for various classes like 葛飾区水泳受託授業, 太極拳, and キッズスイミング.

チェックアウトタイム 20:00 ※24時間会員の方を除く

チェックアウトタイム 23:00 ※24時間会員の方を除く

チェックアウトタイム 23:00



【2023/9/24-30】 メガロス葛飾12周年スケジュール

※有料イベント以外のレッスンが代行・代替・変更になる場合がございますので予めご了承ください

更新日: 2023/8/29



Latin Express con Salsa

■営業時間	平日	9:00~23:00
	土曜日	9:00~21:00
	日曜日・祝日	9:00~20:00
■休館日	毎週金曜日・夏期・年末年始	

9/24(日)			9/25(月)			9/26(火)		
3F フィット	4F リ・ビュア	プール	3F フィット	4F リ・ビュア	プール	3F フィット	4F リ・ビュア	プール
営業開始 9:00			営業開始 9:00			営業開始 9:00		
9:00								
9:30		8:00-10:00 キッズ スイミング						
10:00					9:25-9:55 アクアダンス30 宮村 星美			
10:30	【キッズスクール】 8:00-9:00 ミライク【ジュニア】 9:00-10:00 ミライク【キッズ】 【ジュニア】							
11:00	【キッズスクール】 10:00-11:00 ミライク【キッズ】	10:00-11:00 キッズ スイミング						
11:30								
12:00								
12:30								
13:00								
13:30								
14:00								
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								

■通常スタジオレッスンについて
 ・全クラス【予約制】となっております。『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。
 ※映像レッスンは除く（途中入退室可能）
 ・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って異なります。
 ・予約締め切りは、レッスン開始5分前です。
 ・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。
 ・スタジオへの入場順は、ございません。開始時刻までにご入場ください。
 ・急な休講・変更の場合がございます。その際は、レッスンにご予約をいただいている皆様へ
 スタジオ予約システムにご登録いただいているアドレスへメールにてお知らせいたします。
 ・スタジオ予約システムで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。
 ・マスクの着用は任意となっております。

		9/27(水)			9/28(木)			9/30(土)				
		3F フィット	4F リ・ピュア	プール	3F フィット	4F リ・ピュア	プール	3F フィット	4F リ・ピュア	プール		
		営業開始 9:00			営業開始 9:00			営業開始 9:00				
9:00				葛飾区水泳受託授業 9:00-10:15	【予約制 37名】			【キッズスクール】 8:00-9:00 ミライキ【キッズ】	【キッズスクール】 9:00-10:00 キッズ空手		8:00-10:00 キッズ スイミング	9:00
9:30				5月～10月 全コース使用予定	9:20-9:50 入門太極拳 瑞翔	【定員 25名】		9:00-10:00 ミライキ【キッズ】				9:30
10:00	【予約制 37名】				【予約制 37名】							10:00
10:30	10:00-10:45 フラダンス 福永美智子				10:05-10:35 太極拳 瑞翔	10:00-10:30 【映像】Group Groove 30	【定員36名】10:00-10:30 スマイルアケアダンス30 渡邊香奈	【キッズスクール】 10:00-11:00 ミライキ【キッズ】		【予約制 24名】※体験枠1枠確保		10:30
11:00	【予約制 37名】	【予約制 25名】		パーソナルレッスン 10:30-11:00 小田喜			10:35-10:55 すっざり肩・腰・膝			10:30-11:00 ホットヨーガベーシック 西内やよい		11:00
11:30	11:10-11:40 REBONS FUN 畑中実	11:00-11:30 ホットヨーガ ベーシック 西内やよい		ゆっくり歩行 11:05-11:25	【有料スクール】 10:50-11:50 太極拳スクール 瑞翔	10:50-11:20 トラディショナルヨーガ 手塚沙也花				【予約制 25名】	10:30-12:45 ペビー スイミング	11:30
12:00		【予約制 25名】		11:40-12:00 クロール・背泳ぎ（応用）		【予約制 25名】	10:55-12:15 ペビー スイミング			11:20-11:50 ホットヨーガウエストシェイプ 西内やよい		12:00
12:30	【予約制 28名】	11:50-12:20 ホットヨーガ ウエストシェイプ 西内やよい		12:05-12:25 スイムトレーニング（入門）		11:35-12:20 トラディショナルヨーガ 手塚沙也花			【予約制 37名】	【定員 25名】	11:00-12:00 【有料登録制】 SEICA	12:30
13:00	12:40-13:10 エンジョイエアロ 平野慶真	12:40-13:25 ホットヨーガリセット 腰痛 木村絵美子		【有料制】 12:30-13:30 スイムスクール 【初級】平田 【上級】渡邊	【予約制 37名】	【定員 25名】	12:30-13:00 パーソナルレッスン 小松/高橋	【予約制 9名】※スタジオピギナーズ 12:50-13:10【女性限定】 infinity kick 高橋隆一		12:10-12:40 【映像】Group Centergy 30		13:00
13:30	【予約制 28名】				12:55-13:40 ビューティーフローピラティス 細井知子	【LIVE】ダンサーズストレッチ 13:05-13:35 【LIVE】ハウスダンス	【有料制】 13:00-14:00 スイムスクール 【中上級】高橋	【予約制 9名】 13:25-13:45【女性限定】 infinity kick 高橋隆一		13:00-13:30 パワーヨーガ やすおかとこ	12:45-14:00 キッズ スイミング	13:30
14:00	【予約制 37名】	【定員 12名】		13:40-14:40 キッズスクール	【有料：1,000円(税込) 定員28名】	【予約制 25名】			【有料：770円(税込) 定員37名】	13:50-14:35 トラディショナルヨーガ やすおかとこ		14:00
14:30	14:10-14:55 ハウスダンス 万里	【有料スクール】 14:15-15:15 REBORNS FIT キャスト			13:55-14:45 オリジナルエアロ50 mii	14:00-14:45 トラディショナルヨーガ 木村絵美子	【定員36名】14:05-14:50 アクアダンス45 細井知子	【予約制 9名】	14:15-15:00 Group Fight 45 辻村和久(調布)・高橋隆一		14:00-15:00 キッズ スイミング	14:30
15:00	【有料：1,000円(税込) 定員 37名】				【予約制 28名】	【予約制 25名】			【有料：2,200円(税込) 定員37名】		15:00-16:00 キッズ スイミング	15:00
15:30	15:05-15:50 IN THE HOUSE 万里			14:50-16:00 キッズスクール	15:00-15:45 アドバンスエアロ mii	15:00-15:45 背骨コンディショニング 加藤智枝 ※タオルをご用意ください	14:50-16:00 キッズ スイミング		15:30-16:30 Group Power 60 辻村和久(調布)・山本直輝	【予約制 20名】	15:00-16:00 キッズ スイミング	15:30
16:00		【キッズスクール】 16:00-17:00 キッズ ストリートダンス		16:00-17:00 キッズ スイミング	【予約制 37名】	【定員 25名】	16:00-17:00 キッズ スイミング			15:30-16:15 バレエ～バレレッスン～ 鈴木結花 ※バレエシューズ推奨、または靴下をご用意ください。		16:00
16:30					16:00-16:30 MEGADANZ mii	16:15-16:45 【映像】Group Centergy 30	16:00-17:00 キッズ スイミング			【予約制 25名】	16:00-17:00 キッズ スイミング	16:30
17:00						【定員 25名】				16:30-17:00 ジャズダンスNEXT 松本真実		17:00
17:30	【キッズスクール】 17:00-18:00 ミライキ 【キッズ】	【キッズスクール】 17:00-18:00 キッズ ストリートダンス		17:00-18:00 キッズ スイミング	【キッズスクール】 17:00-18:00 キッズ空手	17:05-17:35 【映像】Group Fight 30	17:00-18:00 キッズ スイミング		【予約制 37名】	17:15-17:45 フリースタイルSTAGE 松本真実	17:00-18:00 キッズ スイミング	17:30
18:00												18:00
18:30	【キッズスクール】 18:00-19:00 ミライキ 【ジュニア】	【キッズスクール】 18:00-19:00 キッズ ストリートダンス		【キッズスクール】 18:00-19:15 キッズバレエ	【キッズスクール】 18:00-19:00 キッズ空手					【予約制 24名】※体験枠1枠確保 18:15-18:45【女性限定】 【中温】ホットヨーガベーシック 手塚沙也花	選手コース 17:30-19:30	18:30
19:00				18:00-21:00 選手コース	【予約制 28名】		18:00-21:00 選手コース			【予約制 25名】		19:00
19:30	【有料：770円(税込) 定員37名】				19:15-20:00 バーニングエアロ 萩原由香里	【予約制 25名】				19:05-19:35 ホットヨーガアドバンス 手塚沙也花		19:30
20:00	19:30-20:15 Group Groove 45 江口徳夫(本社) with 小田喜桃子	【定員 25名】		【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【初中級】渡邊		19:30-20:00 ホットヨーガベーシック 斎藤こず恵	【有料制】 19:30-20:30 スイムスクール 【上級】小松					20:00
20:30	【有料：770円(税込) 定員37名】	【定員 25名】			20:15-21:00 バーニングステップ 萩原由香里	【予約制 25名】						20:30
21:00	20:45-21:30 Group Fight 45 江口徳夫(本社)・小田喜桃子	【定員 25名】				20:15-20:45 ホットヨーガパワーアドバンス 斎藤こず恵						21:00
21:30				平泳ぎ・バタフライ（入門） 21:05-21:25	【定員 37名】	21:00-21:30 ホットヨーガアドバンス 斎藤こず恵	【定員36名】21:00-21:30 アクアダンス30 細谷香苗					21:30
22:00		21:30-22:30 【映像】Group Groove 60			21:30-22:30 【LIVE】MOSSA60		21:35-22:05 リキッドヨーガ・ラテン 細谷香苗					22:00
22:30												22:30
23:00	チェックアウトタイム 23:00 ※24時間会員の方を除く			チェックアウトタイム 23:00			チェックアウトタイム 23:00			チェックアウトタイム 21:00 ※24時間会員の方を除く		23:00

～メガロス葛飾12周年スタジオイベント（有料）ご予約方法について～

★ メガロス葛飾 12周年有料イベント詳細 ★

【予約】

◆メガロス葛飾HP ⇒ 会員メニュー ⇒ お知らせ よりご予約ください。

【先行WEB予約受付】

◆**全ての方：9月2日(土)12:00～ 各イベント1分前まで**

※各イベント専用URLにてクレジット決済

※ご予約の際は【会員番号】、【まいMEGAネットのパスワード】が必要となります

※メガロスの会員番号がある方は【会員申込】からお申込みください

※メガロスの会員番号がない方は【一般申込】からお申込みください

【店頭受付】

◆**フロント受付：9月11日(月)11:00～ 店頭受付開始**

※TEL受付なし

※フロントにて入金

尚、ご入金は交通系電子マネー、クレジットカードのみ取り扱っております

現金でのご入金は出来かねますのでご了承ください。

【時間外・他店舗会員様・会員外の方】

◆予約可

※ただし施設利用料として1,100円（税込）を頂戴致します

※利用料はフロントにて当日お支払いください

尚、ご入金は交通系電子マネー、クレジットカードのみ取り扱っております

現金でのご入金は出来かねますのでご了承ください

※イベント時間前後1時間施設利用可能

9/18(月・祝)に関しては別途記載の内容をご確認ください

【キャンセル待ち】

満員になったレッスンは、9月11日(月)11:00～ フロントにてキャンセル待ち受付開始

【キャンセル・返金について】

・本イベントにおいて、お申し込み後お客様のご都合でキャンセルされる場合は

手数料550円（税込）を差し引いた額をご返金致します

・ご返金が可能なキャンセル期限は**該当レッスンの2日前**までとなります。

期限を過ぎてからのキャンセルによるご返金は致しかねますので予めご了承くださいませ。

【イベント当日】

受付順でのご入場になります。

※レッスン開始10分前より申込受付順にお名前をお呼びいたします

【9月18日(月・祝) について】

・イベントのご参加で、施設終日利用可能です。

・当日、施設利用のみの方は500円(税込)の有料となります。

・利用料は券売機（500円体験チケット）、もしくはフロントにて当日お支払いください。

尚、ご入金は交通系電子マネー、クレジットカードのみ取り扱っております。

現金でのご入金は出来かねますのでご了承ください。

・有料レッスンにご参加ご希望の方は、事前にWEBから予約が必要となります。

詳細は別紙をご確認ください。

…¥330 …¥550 …¥770 …¥2,200 …フリーインストラクターイベント
※レッスンにより金額が異なります

日程	時間	担当者	レッスン	内容	料金(税込)	定員
① 9/17(日)	15:30-16:15	柳沼里美 高橋隆一	Group Blast 45	ステップ台を使用した有酸素運動のクラス	¥550	37名
② 9/17(日)	16:45-17:30	山本直輝 高橋隆一	Group Fight 45	パンチやキックを組み合わせた格闘技エクササイズのクラス	¥550	37名
③ 9/18(月・祝)	12:10-13:10	樋口直哉(立川店) 柳沼里美 with 小田喜桃子	Group Groove 60	素敵な音楽に合わせて踊るフィットネスダンスクラス	¥2,200	37名
④ 9/18(月・祝)	13:40-14:10	樋口直哉(立川店)	TOBIPPA 30	トランポリンを使用した有酸素運動のクラス	¥330	25名
⑤ 9/18(月・祝)	14:40-15:25	山本直輝 小田喜桃子	Group Fight 45	パンチやキックを組み合わせた格闘技エクササイズのクラス	¥550	37名
⑥ 9/19(火)	13:00-14:00	小野洋子	関節トレーニング① ～上半身編～	普段使用していない『サボリ筋』のトレーニングを行い、 筋肉のバランスを整え、全身の痛みを改善に導く セルフトレーニングをご案内するクラス	¥1,650	20名
⑦ 9/24(日)	15:45-16:45	Fuka(霧敷風花) 柳沼里美	Group Groove 60	素敵な音楽に合わせて踊るフィットネスダンスクラス	¥2,200	37名
⑧ 9/25(月)	19:30-20:15	小川翔太郎(調布店) 高橋隆一	Group Blast 45	ステップ台を使用した有酸素運動のクラス	¥770	37名
⑨ 9/25(月)	20:45-21:45	小川翔太郎(調布店) 山本直輝	Group Fight 60	パンチやキックを組み合わせた格闘技エクササイズのクラス	¥2,200	37名
⑩ 9/26(火)	13:00-14:00	小野洋子	関節トレーニング② ～下半身編～	普段使用していない『サボリ筋』のトレーニングを行い、 筋肉のバランスを整え、全身の痛みを改善に導く セルフトレーニングをご案内するクラス	¥1,650	20名
⑪ 9/27(水)	15:05-15:50	万里	IN THE HOUSE	8カウント×3セットの振り付けを45分間で躍り込んでいきます。 まるでショーケースさながらの長い振り付け。 通常レッスンでは味わえない刺激的なイベントをお楽しみください！	¥1,000	37名
⑫ 9/27(水)	19:30-20:15	江口徳夫(本社) with 小田喜桃子	Group Groove 45	素敵な音楽に合わせて踊るフィットネスダンスクラス	¥770	37名
⑬ 9/27(水)	20:45-21:30	江口徳夫(本社) 小田喜桃子	Group Fight 45	パンチやキックを組み合わせた格闘技エクササイズのクラス	¥770	37名
⑭ 9/28(木)	13:55-14:45	mii	オリジナルエアロ	エアロピクスの中級クラスです！1回で楽しめる内容となっております！ ぜひご参加ください！	¥1,000	28名
⑮ 9/30(土)	14:15-15:00	辻村和久(調布店) 高橋隆一	Group Fight 45	パンチやキックを組み合わせた格闘技エクササイズのクラス	¥770	37名
⑯ 9/30(土)	15:30-16:30	辻村和久(調布店) 山本直輝	Group Power 45	バーベルを使用し、素敵な音楽に合わせてながら、 全身の筋力トレーニングを行うクラス	¥2,200	37名