2024年6月　スタジオ・アクアスケジュール　※5/17更新

MEGALOS

MEGALOS MACHIDA Time Line For Studio , Gym , Aqua

月曜日

通常営業開始 9：00 （24時間＆ﾅｲﾄﾓｰﾆﾝｸﾞ会員は除く）

スタジオA	スタジオB	3Fショートプログラム	プール
9：25～9：30 ラジオ体操	【有料スクール】 シニア向け 健康スクール 10:50～11:50 キャスト	【先着制：8名】 GRID 10:30～10:40	アクアシェイプ 10:20～10:50 中谷 一江
【web予約：定員73名】 リトモス 45 10:00～10:45 長沼 淳子	【web予約：定員45名】 Group Groove30 12:15～12:45 瀬山 栞	【先着制：8名】 ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞﾎﾞｰﾙ 12:00～12:10	■スクール制 リボーンズスイム 11：00～12：00 パーソナルレッスン【有料】 10:55～11:25
【web予約：定員73名】 エンジョイエアロ 40 11:10～11:50 大里 清美	【web予約：定員35名】 Group Centergy 45 13:05～13:50 幸福 陽子	【定員：8名】 GRID 14:30～14:40	パーソナルレッスン 【有料】 11:30～12:00 フィンスイム 12:00～12:20
【web予約：定員68名】 健美操45 12:05～12:50 中谷 一江	【web予約：定員45名】 エンジョイエアロ 40 14:15～14:55 田部 百合恵	【定員：8名】 タイガーテール 15:30～15：40	スイム トレーニング 12:25～12:55
【web予約：定員73名】 ヴォーカリズム45 13:05～13:50 中谷 一江	【映像レッスン：定員30名】 【映像】 Group Blast30 15:15～15:45	【定員：8名】 GRID 19:00-19:10	■スクール制 スイムスクール 13:00～14:00
【web予約：定員68名】 ヒーリング アロマヨーガ 45 14:05～14:50 田中 江里香	キッズ空手 初級クラス 16:10～17:10		平泳ぎバタフライ ＜入門＞ 14:05～14:25
【web予約：定員40名】 美脊柱ヨーガ 30 15:05～15:35 田中 江里香	キッズ空手 中上級クラス 17:10～18:10		キッズ 15:00～16:00
キッズチアダンス キッズクラス 16:00～16:50	【映像レッスン：定員30名】 【映像】 ヨーガ30 19:00～19：30		ジュニア1 16:00～17:00
キッズチアダンス ジュニアクラス 17:00～18:00	【web予約：定員45名】 Group Fight 45 20:00～20:45 木村 勇吹		ジュニア2 17:00～18:00
«有料スクール» バレエスクール 60 19:20～20:20 泉 恵理			ジュニア3 18:00～19:00 選手 18:00～20:30
【web予約：定員37名】 Group Power 45 21:00～21:45 山内 椋太			

プール利用時間 22：50 館内退出時間 23：00
（24時間会員＆ﾅｲﾄﾓｰﾆﾝｸﾞ会員はマシンジムの夜間利用可能）

火曜日

通常営業開始 9：00 （24時間＆ﾅｲﾄﾓｰﾆﾝｸﾞ会員は除く）

スタジオA	スタジオB	3Fショートプログラム	プール
【web予約：定員68名】 ヒーリングアロマヨーガ 45 9:30～10:15 きよみ	【映像レッスン：定員30名】 【映像LIVE】 太極拳60 9:30～10:30 木下 彩	【定員：8名】 タイガーテール 11：30～11：40	ベビー スクール 10:30～12:00
【web予約：定員73名】 フラダンス 45 10:30～11:15 chie	【WEB予約：定員35名】 Group Blast30 10:50～11:20 山川 麻衣	【定員：8名】 ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞﾎﾞｰﾙ 14:30～14：40	クロール背泳ぎ＜応用＞ 12:05～12:25
【web予約：定員73名】 エンジョイエアロ 30 11:30～12:00 秋山 拓実	【WEB予約：定員45名】 Group Fight30 11:40～12:10 相馬 里奈	【定員：8名】 GRID 15:30～15：40	クロール背泳ぎ＜入門＞ 12:30～12:50
【web予約：定員73名】 ZUMBA 45 12:20～13:05 秋山 拓実	【web予約：定員41名】 トラディショナルヨーガ 30 12:30～13:00 田中 江里香	【定員：8名】 GRID 20：00～20：10	■スクール制 スイムスクール 13:00～14:00
【web予約：定員73名】 アドバンスエアロ 30 13:30～14:00 秋山 美由紀	【WEB予約：定員41名】 シェイプヨーガ30 13:15～13:45 田中 江里香		パーソナルレッスン【有料】 14:05～14:35
【web予約：定員45名】 アドバンスステップ 45 14:15～15:00 秋山 美由紀	【WEB予約：定員45名】 太極拳45 14:05～14:50 畑 明子		キッズ 15:00～16:00
【有料レッスン】 オリジナルステップ 45 15:15～16:00 秋山 美由紀	【WEB予約：定員45名】 BAILA BAILA 45 15:05～15:50 奈良 夢		ジュニア1 16:00～17:00
ミライク キッズクラス 16:30～17:30	キッズチアダンス キッズクラス 16:00～16:50		ジュニア2 17:00～18:00
ミライク ジュニアクラス 17:30～18:30	キッズチアダンス ジュニアクラス 17:00～18:00		ジュニア3 18:00～19:00 選手 18:00～20:30 ■スクール制 スイムスクール 20:00～21:00
【web予約：定員30名】 TOBIPPA 15 20:10～20:25 相馬 里奈	【web予約：定員11名】 infinity Kick20 19:20～19:40 相馬 里奈 女性限定		スイム トレーニング 21：05～21：35
【web予約：定員45名】 Group Blast 45 20:55～21:40 林山 幹	【WEB予約：定員45名】 ZUMBA 45 20:00～20:45 トビー		
	【映像レッスン：定員30名】 【映像LIVE】 MOSSA 60 21:30-22:30		

プール利用時間 22：50 館内退出時間 23：00
（24時間会員＆ﾅｲﾄﾓｰﾆﾝｸﾞ会員はマシンジムの夜間利用可能）

水曜日

通常営業開始 9：00 （24時間＆ﾅｲﾄﾓｰﾆﾝｸﾞ会員は除く）

スタジオA	スタジオB	3Fショートプログラム	プール
9：25～9：30 ラジオ体操	【web予約：定員35名】 Group Centergy 30 9:50～10:20 林山 幹	【定員：8名】 ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞﾎﾞｰﾙ 11：30～11：40	すっきり 肩・腰・膝 9:25～9:45
【web予約：定員73名】 エンジョイエアロ 40 9:45～10:25 増田 深雪	【web予約：定員45名】 バーニングエアロ 30 10:50～11:20 増田 深雪	【定員：8名】 ウェーブリング 13:30～13：40	インストラクター オリジナルアクア 10:25～10:55 吉田 賢一
【web予約：定員73名】 ZUMBA45 10:45～11:30 ASA	【web予約：定員45名】 BAILA BAILA 45 11:45～12:30 力石 美香	【定員：8名】 GRID 15：30～15：40	インストラクター オリジナルアクア 11:05～11:35 吉田 賢一
【web予約：定員68名】 ボディデザイン ピラティス 45 11:45～12:30 増田 深雪	【有料スクール】 シニア向け 健康スクール 12:45～13:45 キャスト		■登録制 マスターズ サークル 12:00～13:00
【web予約：定員37名】 Group Power30 12:50～13:20 林山 幹	【web予約：定員41名】 かんたんストレッチ 30 14:30～15:00 林山 幹		■スクール制 スイムスクール 13:00～14:00
【web予約：定員73名】 Group Groove30 13:40～14:10 林山 幹	【映像レッスン：定員30名】 【映像】 Group Centergy30 15:20～15:50		パーソナルレッスン【有料】 14:05～14:35
【web予約：定員30名】 バレエ ～バーレッスン～30 14:30～15:00 泉 恵理	キッズ空手 初級クラス 16:10～17:10		キッズ 15:00～16:00
【web予約：定員73名】 バレエ30 15:20～15:50 泉 恵理	キッズ空手 中上級クラス 17:10～18:10		ジュニア1 16:00～17:00
キッズバレエ1 16:10～17:10	【映像レッスン：定員30名】 【映像】 ヨーガ30 18:30～19：00		ジュニア2 17:00～18:00
キッズバレエ2 17:10～18:10	【web予約：定員35名】 infinity flow30 19：25～19:55 RIHO 女性限定		ジュニア3 18:00～19:00 選手 18:00～20:30 ■スクール制 スイムスクール 20:00～21:00
キッズバレエ3 18:10～19:10	【映像レッスン：定員30名】 【映像LIVE】 MOSSA 60 21:30-22:30		スイム トレーニング 21：05～21：35
【web予約：定員73名】 ジャズダンス45 19:25～20:10 SAKURA			
【web予約：定員30名】 VOLT JUMP45 20:25～21:10 RIHO			
【web予約：定員73名】 リトモス45 21:25～22：10 長沼 淳子			

プール利用時間 22：50 館内退出時間 23：00
（24時間会員＆ﾅｲﾄﾓｰﾆﾝｸﾞ会員はマシンジムの夜間利用可能）

木曜日

通常営業開始 9：00 （24時間＆ﾅｲﾄﾓｰﾆﾝｸﾞ会員は除く）

スタジオA	スタジオB	3Fショートプログラム	プール
【web予約：定員73名】 エンジョイエアロ 40 10:00～10:40 山岸 厚子	【web予約：定員35名】 Group Centergy 45 9:55～10:40 幸福 陽子	【定員：8名】 ひめトレ 11:00～11：10	ベビー スクール 10:30～12:00
【web予約：定員73名】 バーニングエアロ30 11:00～11:30 山岸 厚子	【web予約：定員45名】 フラダンス45 11:00～11:45 町田 あけみ	【有料イベント】 歩いて天国会 13:15～13:45	スイム トレーニング 12:25～12:55
【web予約：定員68名】 ボディデザイン ピラティス 45 11:50～12:35 山岸 厚子	【先着制：10名】 コンディショニングボール 12:15～12:25	【定員：8名】 ウェーブリング 15：00～15：10	■スクール制 スイムスクール 13:00～14:00 リボーンズスイム 13：00～14：00
【web予約：定員73名】 ZUMBA45 13:00～13:45 TOMOKO	【先着制：10名】 健康運動教室 12:35～12:45		パーソナルレッスン【有料】 14:05～14:35 平泳ぎバタフライ（応用） 14：05～14：25
【web予約：定員68名】 やすらぎヨーガ 30 14：10～14：40 中原 邦子	【有料スクール】 シニア向け 健康スクール 12:55～13:55 キャスト		キッズ 15:00～16:00
【web予約：定員68名】 トラディショナルヨーガ 45 15:00～15:45 中原 邦子	【web予約：定員45名】 ラテンエクスプレス コンサルサ 30 14：10～14：40 TOMOKO		ジュニア1 16:00～17:00
キッズバレエ1 16:10～17:10	【web予約：定員45名】 リトモス 45 15:00～15:45 HONA		ジュニア2 17:00～18:00
キッズバレエ2 17:10～18:10	ミライク キッズクラス 16:00～17:00		ジュニア3 18:00～19:00 選手 18:00～20:30
キッズバレエ3 18:10～19:10	ミライク ジュニアクラス 17:00～18:00		
【web予約：定員68名】 やすらぎヨーガ30 19:30～20:00 林山幹	ミライクRUN 18:00～19:00		
【web予約：定員50名】 Group Centergy 45 20:15～21:00 林山幹	【web予約：定員12名】 VOLTBOXstart20 19：50～20：10 伊藤 和愛		
【web予約：定員73名】 Group Groove 30 21:20～21:50 伊藤 和愛	【web予約：定員12名】 VOLTBOX maximum 30 20:30～21:00 伊藤 和愛		
	【映像レッスン：定員30名】 【映像LIVE】 MOSSA 60 21:30-22:30		

マシンジム・プール利用時間 22：50
施設閉館時間 23：00

土曜日

営業開始 9：00

スタジオA	スタジオB	3Fショートプログラム	プール
ミライク ジュニアクラス 9:00～10:00	ミライク キッズクラス 9:00～10:00	【定員：8名】 ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞﾎﾞｰﾙ 11：30～11：40	選手 6:00～9:30
【web予約：定員73名】 リトモス45 11:10～11:55 MIYA	ミライク ジュニアクラス 10:00～11:00	【定員：8名】 GRID 13：30～13：40	ジュニア1 9:30～10:30
【web予約：定員73名】 エンジョイエアロ 40 12:10～12:50 金田 あけみ	ミライク キッズクラス 11:00～12:00	【定員：8名】 タイガーテール 15：00～15：10	ベビー スクール 10:30～12:00
【web予約：定員68名】 トラディショナルヨーガ 45 13:10～13:55 金田あけみ	【web予約：定員45名】 ShowStyle Dance30 12:15～12:45 MIYA	【定員：8名】 ウェーブストレッチ 16：30～16：40	アクアダンス30 12:40～13:10 倉田 幸
【web予約：定員73名】 アドバンス エアロ 45 14:15～15:00 金田 あけみ	【web予約：定員12名】 VOLTBOX20 13:10～13:30 伊藤 和愛		キッズ 13:30～14:30
【有料レッスン】 オリジナルエアロ 45 15:15～16:00 金田 あけみ	【web予約：定員35名】 infinity flow30 13:50～14:20 中原 香風 女性限定		キッズ 14:30～15:30
【web予約：定員45名】 Group Blast 45 16:30～17:15 林山 幹	【web予約：定員45名】 Group Fight 45 14:35～15:20 伊藤 和愛		ジュニア1 15:30～16:30
	【有料キッズイベント】 キッズストリート ダンスイベント 15:30～16:30		ジュニア2 16:30～17:30
	【web予約：定員45名】 ZUMBA 45 16:50～17:35 長谷川 なごみ		ジュニア3 17:30～18:30
			アクアシェイプ 19:40～20:10 早川 陽佑

プール利用時間 20：50 館内退出時間 21：00
（24時間会員＆ﾅｲﾄﾓｰﾆﾝｸﾞ会員はマシンジムの夜間利用可能）

日曜日

営業開始 9：00 （24時間＆ﾅｲﾄﾓｰﾆﾝｸﾞ会員は除く）

スタジオA	スタジオB	3Fショートプログラム	プール
ミライク キッズクラス 9:00～10:00	ミライク RUN 9:00～10:00	KAICA 13:30～14:30 キッズパーソナル 11:30～12:00 13:30～14:00	選手 6：00～9：30
【web予約：定員68名】 ボディデザイン ピラティス30 11:00～11:30 岸本ひろみ	ミライク キッズクラス 10:00～11:00	【定員：8名】 GRID 11：30～11：40	ジュニア1 9:30～10:30
【web予約：定員68名】 トラディショナルヨーガ45 11:45～12:30 岸本ひろみ	ミライク ジュニアクラス 11:00～12:00	【定員：8名】 ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞﾎﾞｰﾙ 13：00～13：10	キッズ 10:30～11:30
【web予約：定員50名】 Group Centergy 45 13:30～14:15 林山 幹	ミライク キッズクラス 12:00～13:00	【定員：8名】 GRID 16：00～16：10	キッズ 11:30～12:30
【web予約：定員37名】 Group Power 45 14:35～15:20 林山 幹	【web予約：定員45名】 ZUMBA 45 13:20～14:05 岸本 ひろみ		少人数キッズ 12:30～13:30
【web予約：定員30名】 TOBIPPA 30 15:40～16:10 相馬 里奈	【web予約：定員11名】 infinity Kick20 14:40～15:00 相馬 里奈 女性限定		選手 13:30～16:00
【web予約：定員73名】 Group Groove 45 16:30～17:15 林山 幹	【映像レッスン：定員30名】 【映像】 ヨーガ30 15:30～16：00		アクアダンス30 16:05～16:35 早川 陽佑
【web予約：定員68名】 トラディショナルヨーガ30 17:50～18:20 林山 幹			キッズパーソナル 17：00～17：30 マスターズサークル 17：00～18：00

プール利用時間 19：50 館内退出時間 20：00
（24時間会員＆ﾅｲﾄﾓｰﾆﾝｸﾞ会員はマシンジムの夜間利用可能）

□ クラス説明

色	説明
ピンク	のレッスンは初めての方も安心してご参加できるクラスです。
黄色	のレッスンは新設レッスン・時間変更・担当者変更のクラスです。
水色	のレッスンは映像レッスンのクラスです。
黄緑	のレッスンはWEB予約無しでご参加可能クラスです。
初心者マーク	のレッスンは入会後１年未満の方限定クラスです。

□ WEB予約システム導入クラス

・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。
・WEB予約締め切りは、レッスン開始5分前までです。
・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、レッスンにご予約されている皆様へ、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。

□ ショートプログラム詳細

・3階ショートプログラムの開始5分前から終了5分後までは コミュニティエリア(元ラウンジ付近)はご利用いただけません。
・3階ショートプログラムの開始5分前に8名以上お集まりの場合は、ご参加の方を抽選にて決定させていただきます。
・2階スタジオショートプログラムはツール個数分の 先着制レッスンとさせていただきます。

□ 有料制のクラス ①バレエ ②オリジナルステップ ③オリジナルエアロ

・有料制のクラスです。別途、参加料金が必要となります。

□ スタジオレンタルについて

スタジオレッスンを実施していない時間帯はスタジオの貸し出しを行っております。
60分毎/550円（税込） ※詳細はキャストまでお尋ねください。