

2023/5 メガロス武蔵小金井スケジュール



	5/3(金・祝)			5/4(土・祝)			5/5(日・祝)			
	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ	
9:30	営業開始 9:30			営業開始 9:30			営業開始 9:30			9:30
10:00	[定員制 27名] 9:50-10:20 MEGALOS ホディーチューニング	[定員制 60名] 9:50-10:30 やすらぎヨーガ 宮本 知子	リセルク会員 女性限定スタジオ	9:40-10:40 ミライク (キッズスクール) キャスト 3歳~1年生	[定員制 60名] 9:55-10:40 ZUMBA® (45分クラス) 木村 真由美	リセルク会員 女性限定スタジオ	[定員制 40名] 10:00-10:30 フラダンス あした サラ	[定員制 60名] 10:00-10:30 ヒーリングアロマヨーガ 岸川 ゆき	リセルク会員 女性限定スタジオ	10:00
10:30		[定員制 50名]		[定員制 40名] 10:55-11:25 ポイズンピラティス 白山 真由美	[定員制 44名] 10:55-11:25 やさしいバレエ KAKO		[定員制 26名]	[定員制 60名]		10:30
11:00	[映像 26名] 11:00-11:15 [VR]Group Fight	10:45-11:25 エンジョイエアロ 宮本 知子		[定員制 40名] 11:45-12:15 ヘルウィックストレッチ 小松 明日美	[定員制 44名]	10:45-11:30 ホットスタイル ピラティス45 大山 幸子	[有料スクール] 11:40-12:10 ステップスクール30 前田 ゆきえ	10:45-11:30 ヒーリングアロマヨーガ 岸川 ゆき	11:00-11:45 ホットスタイル ピラティス45 佐藤 嘉美	11:00
11:30	[映像 26名] 11:30-12:00 [VR]Group Blast	[定員制 60名] 11:40-12:10 Group Centergy 30 竹之下 礼子		[定員制 26名] 12:30-13:00 TOBIPPA 竹之下 礼子	[定員制 60名]		[定員制 26名]			11:30
12:00	[定員制 26名]		12:00-12:30 ホットヨーガベジック30 宮本 知子	[定員制 26名] 12:30-12:45 [VR]Group Blast	[定員制 60名]		[定員制 26名]	12:15-13:15 ミライク (キッズスクール) キャスト 3歳~1年生		12:00
12:30	12:15-13:00 フリースタイルNEXT ~HIP HOP~ かず	[定員制 35名] 12:30-13:00 TOBIPPA 竹之下 礼子		[定員制 26名] 13:00-13:15 [VR]Group Fight	[定員制 60名]		[定員制 26名]	12:30-13:00 ビギナークラス(Group Fight 30) 阿久津 暁		12:30
13:00	[有料スクール]	[定員制 50名]		[映像 26名] 13:30-13:45 [VR]Group Groove	[定員制 10名] 13:55-14:15 ビギナークラス(VOLTBOX start 20) 駒形 遊枝		[有料スクール]	13:15-14:00 フリースタイルSTAGE ~HIP HOP~ DAISUKE	13:25-14:25 ミライク (キッズスクール) キャスト 3歳~1年生	13:00
13:30	13:15-14:15 フリースタイルイベント ~HIP HOP~ かず	13:20-14:05 Group Groove 45 樋口 直哉	13:30-14:15 ホットヨーガリセット 骨盤45 Nami	[映像 26名] 14:00-14:15 [VR]Group Centergy	[定員制 10名] 14:25-14:45 VOLTBOX 20 駒形 遊枝		[有料スクール]	14:15-15:00 フリースタイルスクール DAISUKE	14:00-14:30 ホットヨーガ アロマ30 TOMO	13:30
14:00	[定員制 40名]	[定員制 60名]		[定員制 24名] 14:40-15:10 パーニングエアロ 石河 知可子	[女性限定] [定員制 9名] 14:55-15:15 infinity kick20 駒形 遊枝			14:35-15:35 ミライク (キッズスクール) キャスト 年長~3年生		14:00
14:30	14:30-15:15 やさしいピラティス 西村 知里	14:25-15:10 ZUMBA®(45分クラス) 浅野 智子	14:35-15:20 ホットヨーガリセット 肩こり45 Nami	[定員制 26名]	[定員制 35名] 15:45-16:15 ビギナークラス(TOBIPPA 30) 玉木 陽		[定員制 40名]	15:15-15:45 やさしいピラティス 西村 知里	15:30-16:15 ホットヨーガ ベジック45 平瀬 友貴	14:30
15:00	[定員制 40名]			[映像 26名]			[定員制 26名]	[担当者変更] [定員制 35名] 15:55-16:25 TOBIPPA 小山 華奈		15:00
15:30	15:30-16:15 ヒーリングアロマヨーガ 吉田 静枝			16:25-17:10 [VR]Group Fight 45	[定員制 50名] 16:40-17:25 Group Groove 45 玉木 陽			16:05-16:50 アドバンスエアロ 西村 知里		15:30
16:00				[映像 26名]	[定員制 50名]	16:30-17:15 ホットヨーガリセット 冷え・むくみ45 房枝		[定員制 50名]		16:00
16:30				[映像 26名]	[定員制 50名]			16:50-17:35 Group Power 45 大山 祐幸		16:30
17:00				[映像 26名]	[定員制 50名]			[定員制 50名]	17:00-17:45 ホットヨーガ ウエストシェイプ45 平瀬 友貴	17:00
17:30				[映像 26名]	[定員制 50名]			[定員制 50名]		17:30
18:00				17:45-18:30 [VR]Group Power 45	[定員制 50名]			18:00-18:45 5/5-19 Group Fight 45 5/12-26 Group Blast 45 大山 祐幸		18:00
18:30						18:00-18:45 ホットヨーガ ベジック45 房枝				18:30
19:00										19:00
19:30										19:30
20:00										20:00
20:30										20:30
21:00										21:00
21:30										21:30
22:00										22:00

祝日営業のため20時までの営業
のなります

■ ピンク色のプログラム ■
初めての方でも安心してご参加いただけるクラスです。

■ 緑色のプログラム ■
【参加対象】1年未満の方限定的クラスになります
入会日から1年未満の方
メガロス運動歴が1年未満の方
例：2024年1月1日入会の場合
→2024年12月1日開始のレッスン分まで参加可能です。

■ スタジオレッスンについて
-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。
※一部有料レッスン・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。
-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/U10会員/U23会員/ババママ会員(各24H会員含む) 8枠
③ ①・②以外の会員種別 6枠
-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。
-スタジオへの入場は、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てご連絡させていただきます。
-スケジュールは改定時やイベントにより変更となる場合がございます。会員ページの各種スケジュールにてご確認ください。
■ 映像レッスンについて
-WEB予約は不要です。レッスン開始前までにスタジオにお越しください。
-参加は先着順となります。
■ ホットヨーガについて
-換気の為、平常時より温度や湿度が下がる場合がございます。ご理解、ご協力の程、よろしくお願ひ申し上げます。
■ レッスン内マスク着用について