



2024/5月～  
【確定版】

# メガロス草加

■営業時間	9:00～23:30	月曜日～木曜日
	9:00～22:00	土曜日
	9:00～20:00	日曜日・祝日
■休館日	毎週金曜日、夏期、年末年始	

スタジオ・アクアスケジュール Time Line For Studio , Gym

出力日 2024/5/2

MEGALOS SOKA Time Line For Studio , Gym										
	月曜日			火曜日			水曜日			
	スタジオA	スタジオB	Re-Self[有料制]	スタジオA	スタジオB	Re-Self[有料制]	スタジオA	スタジオB	Re-Self[有料制]	
9:00	営業開始 9:00									9:00
9:30	【定員制 42名】 アドバンスエアロ	【定員制 40名】 太極拳 9:30-10:15 山崎 雅昭	ホットヨーガ・ベーシック 45 9:30-10:15 網島 美智子	【定員制 36名】 エアフィットクラブ	【定員制 40名】 氣功 9:25-9:55 得字 弘美		【定員制 36名】 エンジョイステップ 9:55-10:25 城谷 崇仁	【定員制 30名】 トランスショナルヨーガ 10:00-10:30 川谷 幸子		9:30
10:00	高木 愛澄	【予約不要 30名】 グループフィット 10:15-10:30 キズト		【定員制 60名】 エンジョイエアロ 10:35-11:05 松原 恵子	【定員制 40名】 太極拳 10:10-10:55 得字 弘美		【定員制 42名】 バーニングエアロ 10:45-11:15 城谷 崇仁	【女性限定 定員30名】 infinity flow 10:45-11:15 飯島 あかね	ホットヨーガ・ベーシック 45 10:50-11:35 川谷 幸子	10:00
10:30	【定員制 42名】 Group Groove 10:40-11:10 坂上 拓也	【定員制 30名】 やさしいピラティス 10:45-11:15 網島 美智子	【女性専用クラス】 ホットヨーガ・ベーシック 45 10:45-11:30 奥田 由里子	【定員制 42名】 ジャズダンスSTAGE 11:35-12:20 浅野 智子	【映倫 定員30名】 Group Groove 11:15-11:45		【定員制 36名】 Group Power 11:30-12:00 松本 裕介	【映倫 定員30名】 Group fight 11:30-12:00		10:30
11:00	【定員制 48名】 トランスショナルヨーガ 11:30-12:00 網島 美智子	【予約不要 20名】 ホーホドダンス 11:30-11:45 キズト		【定員制 60名】 ZUMBA® 12:45-13:15 浅野 智子	【定員 12名】 シニア向け健康スクール REBORNS FIT 12:00-13:00 三田村 綾菜		【定員制 42名】 アドバンスエアロ 12:45-13:30 加藤 由美子	【定員 12名】 シニア向け健康スクール REBORNS FIT 12:30-13:30 松本 裕介		11:00
11:30				【定員制 40名】 ボディアゲインピラティス 13:35-14:20 Junko	【映倫 定員30名】 歌カホエイグサイズ ライト30 13:30-14:00 ENIWA		【定員制 60名】 エンジョイエアロ 13:45-14:15 加藤 由美子	【定員 25名】 TOBIPPA 13:45-14:15 風間 傑太		11:30
12:00	【定員制 60名】 フラダンス 12:30-13:15 中里 美和子	【定員制 30名】 アドバンスエアロ 12:40-13:25 大江 美貴		【定員制 42名】 Group Fight 14:35-15:05 飯島 あかね	【定員 40名】 歌カホエイグサイズ レギュラー30 14:15-14:45 ENIWA		【定員制 48名】 パワーヨーガ 14:45-15:30 中塚 美穂	【定員 25名】 エトワールバレエ 14:45-15:30 鈴木 結花		12:00
12:30				【定員制 40名】 グループフィット 15:15-16:00 堀田 優子	【映倫 定員20名】 【映倫】 Group Blast 16:15-16:45			【映倫 定員30名】 【映倫】 Group Fight 16:00-16:30		12:30
13:00	【定員制 60名】 ZUMBA 13:30-14:15 木村真由美	【定員制 30名】 バーニングエアロ 13:45-14:15 大江 美貴		【定員制 42名】 Group Fight 14:35-15:05 飯島 あかね	【映倫 定員20名】 【映倫】 Group Blast 16:15-16:45			【映倫 定員20名】 【映倫】 Group Blast 17:00-17:30		13:00
13:30				【定員制 40名】 グループフィット 15:15-16:00 堀田 優子	【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 18:15-18:30			【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 18:15-18:30		13:30
14:00	【定員制 48名】 トランスショナルヨーガ 14:30-15:15 金木 洋子	【定員制 30名】 Group Fight 14:30-15:00 古高 優至		【定員制 42名】 グループフィット 15:15-16:00 堀田 優子	【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 18:15-18:30			【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 19:10-19:25		14:00
14:30				【定員制 40名】 グループフィット 15:15-16:00 堀田 優子	【映倫 定員20名】 【映倫】 Group Blast 16:15-16:45			【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 19:10-19:25		14:30
15:00	キッズダンス スクール リトルクラス 15:35-16:25	ジャズダンスSTAGE 15:15-16:00 堀田 優子	【女性専用クラス】 ホットヨーガ・ベーシック 45 19:15-20:00 田丸 咲希	【定員制 36名】 Group Power 19:30-20:00 古高 優至	【定員制 10名】 VOLTBOX 19:30-19:50 風間 傑太 【定員制 10名】 VOLTBOX 20:00-20:20 風間 傑太		【女性専用/定員制 48名】 infinity flow 19:30-20:00 三田村 綾菜	【定員制 30名】 Group Groove 19:40-20:10 山口 菜穂		15:00
15:30				【定員制 42名】 グループフィット 15:15-16:00 堀田 優子	【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 18:15-18:30		【定員制 36名】 Group Power 20:15-21:00 会田 学	【定員制 25名】 TOBIPPA 20:30-21:00 三田村 綾菜		15:30
16:00	キッズダンス スクール キッズクラス 16:30-17:30	キッズ バレエスクール リトルクラス 16:30-17:30		【定員制 42名】 グループフィット 15:15-16:00 堀田 優子	【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 18:15-18:30			【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 19:10-19:25		16:00
16:30				【定員制 42名】 グループフィット 15:15-16:00 堀田 優子	【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 18:15-18:30			【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 19:10-19:25		16:30
17:00	キッズダンス スクール キッズクラス 16:30-17:30	キッズ バレエスクール リトルクラス 16:30-17:30		【定員制 42名】 グループフィット 15:15-16:00 堀田 優子	【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 18:15-18:30			【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 19:10-19:25		17:00
17:30				【定員制 42名】 グループフィット 15:15-16:00 堀田 優子	【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 18:15-18:30			【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 19:10-19:25		17:30
18:00	キッズダンス スクール ジュニアクラス 17:30-18:30	キッズ バレエスクール ジュニアクラス 17:30-18:30		【定員制 42名】 グループフィット 15:15-16:00 堀田 優子	【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 18:15-18:30			【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 19:10-19:25		18:00
18:30				【定員制 42名】 グループフィット 15:15-16:00 堀田 優子	【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 18:15-18:30			【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 19:10-19:25		18:30
19:00	【定員制 42名】 Group Fight 19:30-20:15 玉木 陽	キッズ バレエスクール 育成クラス 18:30-19:30	【女性専用クラス】 ホットヨーガ・ベーシック 45 19:15-20:00 田丸 咲希	【定員制 36名】 Group Power 19:30-20:00 古高 優至	【定員制 10名】 VOLTBOX 19:30-19:50 風間 傑太 【定員制 10名】 VOLTBOX 20:00-20:20 風間 傑太		【女性専用/定員制 48名】 infinity flow 19:30-20:00 三田村 綾菜	【定員制 30名】 Group Groove 19:40-20:10 山口 菜穂		19:00
19:30				【定員制 42名】 グループフィット 15:15-16:00 堀田 優子	【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 18:15-18:30		【定員制 36名】 Group Power 20:15-21:00 会田 学	【定員制 25名】 TOBIPPA 20:30-21:00 三田村 綾菜		19:30
20:00	【映倫 MOSSA 20:10-20:25】	【映倫 定員30名】		【定員制 42名】 グループフィット 15:15-16:00 堀田 優子	【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 18:15-18:30			【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 19:10-19:25		20:00
20:30	【定員制 42名】 Group Groove 20:45-21:30 山口 菜穂	【定員制 25名】 スタジオキネーズ(TOBIPPA) 20:45-21:00 玉木 陽	ホットヨーガ・ベーシック 45 20:30-21:15 伊藤 朝賀	【定員制 42名】 Group Fight 20:50-21:35 風間 傑太	【定員制 25名】 TOBIPPA 20:45-21:15 三田村 綾菜		【定員制 42名】 Group Fight 21:20-22:05 会田 学	【定員制 25名】 スタジオキネーズ(TOBIPPA) 21:15-21:30 三田村 綾菜		20:30
21:00				【定員制 48名】 トランスショナルヨーガ 21:45-22:15 伊藤 朝賀	【映倫 定員30名】			【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 19:10-19:25		21:00
21:30				【映倫 MOSSA 20:10-20:25】	【映倫 定員30名】			【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 19:10-19:25		21:30
22:00				【映倫 MOSSA 20:10-20:25】	【映倫 定員30名】			【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 19:10-19:25		22:00
22:30				【映倫 MOSSA 20:10-20:25】	【映倫 定員30名】			【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 19:10-19:25		22:30
23:00				【映倫 MOSSA 20:10-20:25】	【映倫 定員30名】			【映倫 定員30名】 【映倫】MOSSA 19:10-19:25		23:00
23:30	マシジム・プール利用時間は 23:20 まで 施設閉館時間 23:30まで									23:30

こちらのクラスは有料、登録制となります。  
詳しくはキャストまでお問い合わせ下さい。

こちらのクラスは有料、登録制となります。  
詳しくはキャストまでお問い合わせ下さい。



2024/5月～  
【確定版】

# メガロス草加

■営業時間	9:00～23:30	月曜日～木曜日
	9:00～22:00	土曜日
	9:00～20:00	日曜日・祝日
■休館日		毎週金曜日、夏期、年末年始

スタジオ・アクアスケジュール Time Line For Studio , Gym

出力日 2024/5/2

MEGALOS SOKA Time Line For Studio , Gym									
	木曜日			土曜日			日曜日		
	スタジオA	スタジオB	Re・Self[有料制]	スタジオA	スタジオB	Re・Self[有料制]	スタジオA	スタジオB	Re・Self[有料制]
9:00	営業開始 9:00			営業開始 9:00			営業開始 9:00		
9:30	【定員制 42名】 アドバンスエアロ	【定員制 30名】 トレンジョナルヨーガ		【定員制 48名】 トレンジョナルヨーガ	ミライスクール キッズ2		ミライスクール キッズ2	キッズ 空手スクール	【女性専用クラス】
10:00	9:30-10:15 木村 淳	9:45-10:30 西内 やよい		9:45-10:15 中波 美穂	9:00-10:00		9:00-10:00	8:30-9:30	ホットヨーガ・ベーシック
10:30	【定員制 60名】 エンジョエアロ		【女性専用クラス】	【定員制 42名】 バーニングエアロ	ミライスクール キッズ1		ミライスクール キッズ1	【映像 定員30名】	45
11:00	10:30-11:00 木村 淳		ホットヨーガ・ベーシック	10:35-11:05 高木 愛澄	10:00-11:00		10:00-11:00	【映像】	9:45-10:30 mina
11:30	【定員制 60名】 ZUMBA®	【定員制 40名】	45	【定員制 42名】	ミライスクール ジュニア	【女性専用クラス】	【定員制 42名】	【定員制 30名】	ホットヨーガ・ベーシック
12:00	11:15-11:45 住吉 真理	11:20-11:50 木村 淳	10:55-11:40 西内 やよい	11:25-12:10 高木 愛澄	11:00-12:00	11:00-11:45 松原 由香	11:45-12:15 奥田 由里子	【定員制 30名】	45
12:30	【定員制 60名】 ZUMBA®	【定員制 40名】	ホットヨーガ・ベーシック	【定員制 60名】	ミライスクール ジュニア	【女性専用クラス】	【定員制 42名】	【定員制 30名】	11:00-11:30 奥田 由里子
13:00	12:05-12:50 住吉 真理	12:20-12:50 佐々木 弘美	45	12:30-13:00 Junko	12:00-13:00	12:15-13:00 小見 美雪	12:45-13:30 坂上拓也	【定員制 42名】	11:00-11:45 mina
13:30	【定員制 60名】 フリースタイルSTAGE	【定員 12名】	12:30-13:15 やすおか ともこ	【定員制 60名】	【定員制 25名】			【定員制 42名】	12:00-12:30 坂上拓也
14:00	13:10-13:55 佐々木 弘美	【定員 12名】		13:15-13:45 Junko	13:15-13:45 Junko			【定員制 42名】	12:00-12:30 坂上拓也
14:30	【定員制 60名】 エンジョエアロ	【定員 12名】		【定員制 60名】	【定員制 25名】			【定員制 42名】	12:45-13:15 小島 なつ美
15:00	14:10-14:40 荒木 美絵子	【定員 12名】		14:00-14:45 Yuriyan	14:00-14:30 飯島 あかね			【定員制 36名】	12:45-13:15 小島 なつ美
15:30	【定員制 48名】 やすらぎヨーガ	【定員制 25名】		【定員制 42名】	【定員制 42名】			【定員制 36名】	13:00-13:30 坂上拓也
16:00	15:00-15:45 荒木 美絵子	14:45-15:15 阿部聡美		【定員制 42名】	【定員制 42名】			【定員制 36名】	13:30-14:30 三田村 穂菜
16:30		【定員制 30名】		Group Fight	【定員制 42名】			【定員制 36名】	14:15-14:30
17:00		【映像】		15:00-15:45 飯島 あかね	【定員制 42名】			【定員制 36名】	14:15-14:30
17:30		Group Blast		【定員制 42名】	【定員制 42名】			【定員制 36名】	14:45-15:15
18:00		15:30-16:00		Group Groove	【定員制 42名】			【定員制 36名】	15:15-15:35
18:30				16:00-16:45 古宮 優至	【定員制 42名】			【定員制 36名】	16:00-16:30
19:00				【定員制 42名】	【定員制 42名】			【定員制 36名】	16:30-17:00
19:30				Group Power	【定員制 42名】			【定員制 36名】	17:00-17:30
20:00				17:05-17:50 古宮 優至	【定員制 42名】			【定員制 36名】	17:30-18:15
20:30				【定員制 42名】	【定員制 42名】			【定員制 36名】	18:00-18:30
21:00				【定員制 42名】	【定員制 42名】			【定員制 36名】	18:30-19:00
21:30				【定員制 42名】	【定員制 42名】			【定員制 36名】	19:00-19:40
22:00				【定員制 42名】	【定員制 42名】			【定員制 36名】	19:40-19:45
22:30				【定員制 42名】	【定員制 42名】			【定員制 36名】	19:45-19:50
23:00				【定員制 42名】	【定員制 42名】			【定員制 36名】	19:50-20:10
23:30				【定員制 42名】	【定員制 42名】			【定員制 36名】	20:10-20:15

こちらのクラスは有料、登録制となります。  
詳しくはキャストまでお問い合わせ下さい。

マンジム・プール利用時間は 19:50 まで 施設閉館時間 20:00まで

マンジム・プール利用時間は 21:50 まで 施設閉館時間 22:00まで

マンジム・プール利用時間は 23:20 まで 施設閉館時間 23:30まで

マンジム・プール利用時間は 23:20 まで 施設閉館時間 23:30まで

マンジム・プール利用時間は 23:20 まで 施設閉館時間 23:30まで

マンジム・プール利用時間は 23:20 まで 施設閉館時間 23:30まで

マンジム・プール利用時間は 23:20 まで 施設閉館時間 23:30まで

マンジム・プール利用時間は 23:20 まで 施設閉館時間 23:30まで

マンジム・プール利用時間は 23:20 まで 施設閉館時間 23:30まで

マンジム・プール利用時間は 23:20 まで 施設閉館時間 23:30まで

マンジム・プール利用時間は 23:20 まで 施設閉館時間 23:30まで

マンジム・プール利用時間は 23:20 まで 施設閉館時間 23:30まで

マンジム・プール利用時間は 23:20 まで 施設閉館時間 23:30まで

マンジム・プール利用時間は 23:20 まで 施設閉館時間 23:30まで

■スタジオWEB予約について

- 全レッスンの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
- ・レッスンの予約公開期間は、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、ごさいません。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た皆様へ、スタジオ予約システムにて登録いただいたメールアドレスにてお知らせいたします。
- ・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。

【映像】MOSSA 今月は Group Grooveです。1つのリリースを1か月間行っていきます。

※5/4(土)～5/9(木)はGWイベントの為、レッスンスケジュールに変更がございます。

改めて別紙にて発行いたしますので、日程が近づきましたらご確認をお願いします。

・携帯電話で代行情報やイベント情報を  
ご覧頂く場合はこちらからご確認頂けます。



- 色の枠は初めての方も安心してご利用いただけます。
- 色の枠は継続利用(VOLT BOX)です。初めての方は必ずお申し込みが必要です。
- 色の枠はプログラムは別途ご入会が必要となります。
- 色の枠はプログラムは入会日から1年未満の方限定のクラスとなります。
- 色の枠はプログラムはご予約後ご参加いただけます。