

定員変更 MEGALOS

メガロス立川両館スタジオプログラム【確定版】



2020年10月26日～10月31日 ■新型コロナウイルス対策の為、レッスン時間変更・定員変更等がございますことご理解とご協力をお願いいたします。

時間	金曜日		土曜日				日曜日			
	南館		南館		北館		南館		北館	
	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB
7:30	営業開始 9:00		営業開始 8:00				営業開始 8:00			
8:00										
8:30			営業開始 10:00				営業開始 10:00			
9:00			【定員26名】 ウォーガリズム 8:45～9:15 小須 亨				【定員24名】 しなやかバリエストレッチ 8:45～9:15 前田 薫			
9:30	【定員23名】 健美操 9:45～10:15 磯崎 晃代						【定員24名】 バレエ～バレレッスン～ 9:35～10:05 前田 薫		【定員23名】 Group Centergy 9:35～10:05 鈴木 琴巳	
10:00	【定員26名】 トラディショナルヨーガ 10:15～10:45 安在 美和		【定員26名】 バーニングステップ 10:00～10:30 秋山 美由紀				【定員26名】 Group Fight 10:30～11:00 中山絵梨奈			
10:30	※オンラインVOLTBOXはサウンドバック、 グループは使用いたしません。 【定員23名】オンラインライブレッスン VOLTBOX30 11:00～11:30 桂 美佳		【定員23名】 美骨整ヨーガ 10:20～10:50 中村 まさみ		【定員35名】 エンジョイエアロ 10:35～11:05 萩原 由香里		【定員24名】 ボディースァインビリティ 10:30～11:00 藤月 ちひろ		【定員24名】 バレエ～バレレッスン～ 10:30～11:00 KAKO	
11:00	【定員26名】 パワーヨーガ 11:15～11:45 安在 美和		【定員26名】 アドバンスステップ 10:50～11:20 秋山 美由紀		【定員23名】 パレトソールシンセシス 11:10～11:40 中村 まさみ		【定員26名】 Group Groove 11:15～11:45 瀬山 菜		★ペーミライクスクール 10:45～11:30	
11:30	【定員23名】 アドバンスエアロ 11:50～12:20 小林 亜紀恵		【定員26名】 バーニングエアロ 11:45～12:15 秋山 美由紀				【定員23名】 ボディースァインビリティ 12:00～12:30 大畑 淳一		【定員24名】 UBOUND 11:30～12:00 樋口 直哉	
12:00	【定員26名】 REBORNS FUN 12:15～12:45 大野 梨江		【定員26名】 アドバンスステップ 12:35～13:05 秋山 美由紀				【定員26名】 Group Blast 12:05～12:35 土屋 京子		【定員35名】 ZUMBA 11:45～12:15 比気 桂子	
12:30	1,3週目 アタチ 2,4週目 コンディショニング 【定員26名】 Group Fight 13:05～13:35 一宮 純子		【定員23名】 やさいいワズダンス 13:00～13:30 嶋田 真		【定員35名】 トラディショナルヨーガ 12:40～13:10 岸川 ゆき		【定員26名】 ヒーリングアロマヨーガ 12:55～13:25 房枝		【定員35名】 UBOUND 12:20～12:50 樋口 直哉	
13:00	【定員23名】 ZUMBA 13:30～14:00 小林 亜紀恵		【定員26名】 トラディショナルヨーガ 13:25～13:55 浅賀 麻実		【定員35名】 アドバンスエアロ 13:30～14:00 小林 亜紀恵		【定員26名】 ヒーリングアロマヨーガ 13:45～14:15 加藤 聖子		【定員35名】 BODYCOMBAT 13:05～13:35	
13:30	【定員26名】 Group Blast 13:55～14:25 一宮 純子		【定員23名】 ジャズダンスSTAGE 13:50～14:20 嶋田 真		【定員35名】 ZUMBA(30分クラス) 14:15～14:45 小林 亜紀恵		【定員26名】 ZUMBA 14:35～15:05 比気 桂子		【定員35名】 BODYBALANCE Flexibility 13:55～14:25	
14:00	【定員26名】 ヒーリングアロマヨーガ 14:45～15:15 田中 江里香		【定員26名】 エンジョイエアロ 14:15～14:45 小田 忠明		【定員35名】 DDD HOUSE WORKOUT 15:05～15:35 青葉		【定員26名】 ZUMBA 15:25～15:55 比気 桂子		【定員35名】 BODYBALANCE Strength 14:45～15:15	
14:30	【定員26名】 ヒーリングアロマヨーガ 15:05～16:00 田中 江里香		【定員26名】 ポテメイクエアロ 15:05～15:35 小田 忠明		【定員35名】 LesMills BARRE BEGINNER 17:50～18:20		【定員26名】 アドバンスエアロ 15:25～15:55 比気 桂子		【定員35名】 ジャズダンスSTAGE 15:10～15:40 大内 れい子	
15:00	【定員26名】 ヒーリングアロマヨーガ 15:35～16:05 田中 江里香		【定員24名】 バレエ～バレレッスン～ 15:50～16:20 泉 恵理		【定員23名】 トラディショナルヨーガ 16:00～16:30 小田 忠明		【定員26名】 アドバンスエアロ 16:00～16:30 小林 宏光		【定員35名】 MIRAY 16:00～16:30	
15:30	【定員26名】 ヒーリングアロマヨーガ 16:30～17:00 田中 江里香		【定員23名】 Group Fight 16:45～17:15 小田 忠明		【定員35名】 Group Power 16:50～17:20 小林 宏光		【定員26名】 トラディショナルヨーガ 16:30～17:00 村田 美和		【定員23名:VR】 LesMills BARRE BEGINNER 15:35～16:05	
16:00	【定員26名】 しなやかバリエストレッチ 19:00～19:30 KAKO		【定員23名:VR】 LesMills BARRE BEGINNER 17:50～18:20		【定員24名】 UBOUND 16:30～17:00 勝然 美帆		【定員26名】 Group Groove 18:10～18:40 一宮 純子		【定員35名】 LesMills BARRE BEGINNER 15:35～16:05	
16:30	【定員24名】 バレエ～バレレッスン～ 19:50～20:20 KAKO		【定員23名:VR】 LesMills BARRE 18:40～19:10		【定員15名】 VOLT BOX 19:10～19:30 土土田 康平		【定員26名】 Group Groove 20:35～21:05 樋口 直哉		【定員35名】 LesMills BARRE 16:25～16:55	
17:00	【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員23名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子		【定員23名】 Group Fight 20:35～21:05 樋口 直哉		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員35名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子	
17:30	【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員23名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員35名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子	
18:00	【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員23名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員35名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子	
18:30	【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員23名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員35名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子	
19:00	【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員23名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員35名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子	
19:30	【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員23名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員35名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子	
20:00	【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員23名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員35名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子	
20:30	【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員23名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員35名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子	
21:00	【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員23名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員35名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子	
21:30	【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員23名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員35名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子	
22:00	【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員23名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員35名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子	
22:30	【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員23名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員35名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子	
23:00	【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員23名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員35名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子	
23:30	【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員23名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員35名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子	
0:00	【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員23名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員26名】 ZUMBA 20:45～21:15 比気 桂子		【定員35名】 Group Groove 19:45～20:15 一宮 純子	

新型コロナウイルス感染予防のご案内

新型コロナウイルス感染予防の為、10月プログラムは以下のよう
させていただきます。

- ・全クラス、マスク（ネックゲイター・フェイスシールド等を含む）着用でご利用ください。
- ・全クラス定員制となっております。WEB予約または整理券にてご参加ください。
- ・また、従来よりも参加人数を制限しております。
- ・レッスン間においては換気・除菌・清掃の実施を徹底いたします。

「まいMEGAネット」スタジオWEB予約のご案内

- ・全クラス【WEB予約制】となっております。
- ・まいMEGAネットにご登録の上、事前の予約が可能となります。ご登録方法は、キャストへお尋ねください。
- ・10月1日よりWEB予約可能枠数は4枠（1枠消化で新たに予約可）です。ゴールド会員、プラチナ会員の方は6枠予約可能となります
- ・立川店は、毎週日曜日 19:30～WEB予約開始となります。
- ・WEB予約開始時間に、翌週の日曜日～土曜日までのレッスンの予約を公開致します。
- ・WEB予約締め切りは、レッスン開始30分前です。WEB予約締め切り後の空き枠分は整理券として配布致します。尚、平日16時59分以前に開始するクラスについては定員のうち2枠分を常時(整理券枠)といたします。
- ・整理券はレッスン開始25分前よりマシンジム入口にて配布致します。
- ・平日通常営業開始30分以内にスタートするレッスンは、通常営業時間開始より配布致します。
- ・整理券取得の整列時間は、レッスン開始30分前からです。
- ・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整理番号順です。
- ・整理番号はレッスン開始30分前にまいMEGAネットにてお知らせ致します。
- ・急な休講・変更がある場合がございます。
- ・新型コロナウイルス感染予防の為、全クラス、マスク（ネックゲイター、フェイスシールド等を含む）着用でご利用ください。



メガロス立川店SNSのご案内



— Follow Me —



スタジオプログラムのご案内

- 有料登録制レッスンについて
- ・別途料金が必要です。体験をご希望の方はマシンジムカウンターもしくはメインフロントへお越しください。

- 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。

- 有料登録制レッスンです。
- 映像レッスンです。
- 太枠：10月スケジュール暫定版より追加・変更したレッスン

プールプログラム・Re・Selfプログラムのご案内

2020年4月プログラムよりスタジオプログラムは南館・北館の双方の表示となります。
プールプログラム、Re・Self(ホットヨガ)プログラムに関しては、別紙のプログラムをご確認いただきますようお願いいたします。

マシンジム・プール利用時間は 22:50 まで
施設閉館時間 23:00

マシンジム・プール利用時間は 17:50 まで
施設閉館時間 18:00

マシンジム・プール利用時間は 19:50 まで
施設閉館時間 20:00

マシンジム・プール利用時間は 19:50 まで
施設閉館時間 20:00

マシンジム・プール利用時間は 21:50 まで
施設閉館時間 22:00