2024年4月24日～5月6日

メガロス立川南館特別スケジュール

★ は北館リニューアル期間限定の特別レッスンです。

スタジオB

4/24(水)
- 営業開始 9：00
- 【定員30名】エンジョイエアロ 10:00～10:45 尾崎 全子
- 【定員30名】シアターダンス 11:00～11:30 打越 麗子
- 【定員30名】ボディデザインピラティス 11:50～12:20 MARIKO
- 【定員30名】トラディショナルヨーガ 12:40～13:10 MARIKO
- 【定員30名】ZUMBA 13:30～14:15 TOMOKO
- ★【定員30名】Group Centergy 30 14:30～15:00 松澤 みどり
- ★【定員20名】Group Power 30 15:15～15:45 鈴木 琴巳
- 【定員30名】太極拳 16:00～16:30 増岡 美奈江
- 短期スクール【太極拳】16:45～17:15
- 【有料スクール】Reflet Total Beauty School 19：00～20：00
- 【定員30名】リトモス 20:35～21:05 三嶋 喜美代
- 【定員30名】リトモス 21:20～21:50 三嶋 喜美代
- 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

4/25(木)
- 営業開始 9：00
- REBORNSスクール 9:30～10:30
- 【定員30名】やさしいフリースタイル ～HIP HOP～ 11:00-11:30 SAKURA
- 【定員30名】フリースタイルSTAGE ～HIP HOP～ 11:50～12:20 SAKURA
- ★【定員30名】Group Fight 30 12:45～13:15 一宮 純子
- 【定員30名】ヴォーカリズム 13:40～14:25 玉澤 明人
- 【定員30名】ハーモニズム 14:40～15:10 玉澤 明人
- 【定員19名:VR】【映像】Group Fight 18:30～18:45
- 【定員19名:VR】【映像】Group Blast 19:05～19:20
- ★【定員30名】ZUMBA 19:40～20:10 松澤 みどり
- ★【定員30名】Group Fight 45 20:30～21:15 桂 美佳
- ★【定員30名】Group Fight 45 21:30～22:15 桂 美佳
- 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

4/26(金)
- 営業開始 9：00
- 【定員30名】健美操 9:45～10:15 磯崎 晃代
- 【定員30名】トラディショナルヨーガ 10:35～11:05 安在 美和
- 【定員30名】パワーヨーガ 11:20～11:50 安在 美和
- 【定員30名】アドバンスエアロ 12:10～12:40 小林 亜紀恵
- 【定員30名】ZUMBA 12:55～13:25 小林 亜紀恵
- 【定員30名】ヒーリングアロマヨーガ 13:45～14:15 田中 江里香
- 【定員30名】ヒーリングアロマヨーガ 14:30～15:00 田中 江里香
- ◎キッズスクール ミライク 15:30～16:30
- ◎キッズスクール ミライク 16:30～17:30
- 短期スクール【バレエ】17:45～18:45
- ★【定員20名】Group Power 30 19:30～20:00 九島 克成
- 【定員30名】ZUMBA 20:35～21:05 比気 桂子
- 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

4/27(土)
- 営業開始 8：00
- ◎キッズスクール ミライク 8:00～9:00
- ◎キッズスクール ミライク 9:00～10:00
- ◎キッズスクール ミライク 10:00～11:00
- 【定員30名】トラディショナルヨーガ 11:15～11:45 浅賀 麻実
- 【定員27名】美骨盤ヨーガ 12:00～12:30 中村 まさみ
- 【定員30名】バルトンソールシンセシス 12:45～13:15 中村 まさみ
- 【定員30名】やさしいジャズダンス 13:30～14:00 嶋田 真
- 【定員30名】ジャズダンスSTAGE 14:15～14:45 嶋田 真
- 短期スクール【ジャズダンス】15:00～16:00
- 短期スクール【バレエ】16:15～17:30
- ★【定員30名】Group Fight 30 18:00～18:30 小坂 仁美
- 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

4/28(日)
- 営業開始 8：00
- 【定員30名】しなやかバレエストレッチ 9:10～9:40 前田 薫
- 【定員28名】バレエ～バーレッスン～ 9：50～10：20 前田 薫
- 【定員30名】ヒーリングアロマヨーガ 10:50～11:20 房枝
- ★【定員30名】Group Centergy 30 11:45～12:15 鈴木 琴巳
- 【定員30名】ヒーリングアロマヨーガ 12:35～13:20 加藤 聖子
- 【定員30名】ZUMBA 13：50～14:35 比気 桂子
- 【定員30名】らくらくエアロ 14:55～15:25 比気 桂子
- ★【定員30名】Group Fight 30 15:45～16:15 一宮 純子
- 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

4/29(月･祝)
- 営業開始 8：00
- 【定員30名】入門太極拳 9:30～10:00 増岡 美奈江
- 【定員30名】太極拳 10:20～10:50 増岡 美奈江
- 【定員30名】トラディショナルヨーガ 11:10～11:40 TOMO
- 【定員28名】バレエ～バーレッスン～ 12:00～12:30 青山 敦子
- 【定員30名】バレエ 12:50～13:20 青山 敦子
- ★【定員20名】Group Power 30 14:00～14:30 由井 義浩
- ★【定員30名】Group Fight 45 14:50～15:35 由井 義浩
- 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

5/1(水)
- 営業開始 9：00
- 【定員30名】エンジョイエアロ 10:00～10:45 尾崎 全子
- 【定員30名】シアターダンス 11:00～11:30 打越 麗子
- 【定員30名】ボディデザインピラティス 11:50～12:20 MARIKO
- 【定員30名】トラディショナルヨーガ 12:40～13:10 MARIKO
- 【定員30名】ZUMBA 13:30～14:15 TOMOKO
- ★【定員30名】Group Centergy 30 14:30～15:00 松澤 みどり
- ★【定員30名】infinity flow ※女性専用 15:15～15:45 松澤 みどり
- 【定員30名】太極拳 16:00～16:30 増岡 美奈江
- 短期スクール【太極拳】16:45～17:15
- 【有料スクール】Reflet Total Beauty School 19：00～20：00
- 【定員30名】リトモス 20:35～21:05 三嶋 喜美代
- 【定員30名】リトモス 21:20～21:50 三嶋 喜美代
- 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

5/2(木)
- 営業開始 9：00
- 【定員30名】やさしいフリースタイル ～HIP HOP～ 11:00-11:30 SAKURA
- 【定員30名】フリースタイルSTAGE ～HIP HOP～ 11:50～12:20 SAKURA
- ★【定員30名】Group Fight 30 12:45～13:15 一宮 純子
- 【定員30名】ヴォーカリズム 13:40～14:25 玉澤 明人
- 【定員30名】ハーモニズム 14:40～15:10 玉澤 明人
- 【定員19名:VR】【映像】Group Fight 18:30～18:45
- 【定員19名:VR】【映像】Group Blast 19:05～19:20
- ★【定員30名】ZUMBA 19:40～20:10 松澤 みどり
- ★【定員30名】Group Fight 45 20:30～21:15 桂 美佳
- ★【定員30名】Group Fight 45 21:30～22:15 桂 美佳
- 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

5/3(金祝)
- 営業開始 8：00
- 【定員30名】健美操 9:45～10:15 磯崎 晃代
- 【定員30名】トラディショナルヨーガ 10:35～11:05 安在 美和
- 【定員30名】パワーヨーガ 11:20～11:50 安在 美和
- 【定員30名】アドバンスエアロ 12:10～12:40 小林 亜紀恵
- 【定員30名】ZUMBA 12:55～13:25 小林 亜紀恵
- 【定員30名】ヒーリングアロマヨーガ 13:45～14:15 田中 江里香
- 【定員30名】ヒーリングアロマヨーガ 14:30～15:00 田中 江里香
- 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

5/4(土祝)
- 営業開始 8：00
- 【定員30名】トラディショナルヨーガ 11:15～11:45 浅賀 麻実
- 【定員27名】美骨盤ヨーガ 12:00～12:30 中村 まさみ
- 【定員30名】バルトンソールシンセシス 12:45～13:15 中村 まさみ
- 【定員30名】やさしいジャズダンス 13:30～14:00 嶋田 真
- 【定員30名】ジャズダンスSTAGE 14:15～14:45 嶋田 真
- 短期スクール【ジャズダンス】15:00～16:00
- 短期スクール【バレエ】16:15～17:30
- 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

5/5(日祝)
- 営業開始 8：00
- 【定員30名】しなやかバレエストレッチ 9:10～9:40 前田 薫
- 【定員28名】バレエ～バーレッスン～ 9：50～10：20 前田 薫
- 【定員30名】ヒーリングアロマヨーガ 10:50～11:20 房枝
- 【定員30名:VR】【映像】Group Centergy 30 11:45～12:15
- 【定員30名】ヒーリングアロマヨーガ 12:35～13:20 加藤 聖子
- 【定員30名】ZUMBA 13：50～14:35 比気 桂子
- 【定員30名】らくらくエアロ 14:55～15:25 比気 桂子
- ★【定員30名】Group Fight 30 15:45～16:15 一宮 純子
- 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

5/6(月祝)
- 営業開始 8：00
- 【定員30名】入門太極拳 9:30～10:00 増岡 美奈江
- 【定員30名】太極拳 10:20～10:50 増岡 美奈江
- 【定員30名】トラディショナルヨーガ 11:10～11:40 TOMO
- 【定員28名】バレエ～バーレッスン～ 12:00～12:30 青山 敦子
- 【定員30名】バレエ 12:50～13:20 青山 敦子
- REBORNSスクール 13:35～14:35
- ◎キッズスクール ミライク 15:30～16:30
- ◎キッズスクール ミライク 16:30～17:30
- 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

■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。
■初めての方も安心してご参加できるレッスンです。