

JOYFIT24LITE旭川 2026年GW特別 スタジオ・バーチャルプログラム

	4/26(日) レズミルズイベント		4/27(月)から29(水)まで		4/30(木)から5/2(土)まで		5/3(日)		5/4(月)		5/5(火)		5/6(水)	
	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	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB
open		8:00-9:30 卓球利用時間						8:00-9:00 卓球利用時間		8:00-9:00 卓球利用時間		8:00-9:00 卓球利用時間		8:00-9:00 卓球利用時間
9:00		WEB予約												
10:00		10:00-10:45 RPM45 羽賀						9:45-10:45 プラナヨガ 柴野		10:00-10:30 ピラティス 田村		9:45-10:45 イーヨーヨガ 柴野		9:45-10:45 朝ヨガ PIRI
11:00		事前予約必須 有料						WEB予約		11:00-11:45 ズンバ YaYa		WEB予約	11:00-11:45 腸ケアde美ボディ MICHIYO	WEB予約
12:00		「イベント」 11:30-12:30 ボディパンプ 谷 顕真トレーナー						11:15-12:00 ズンバ 桑原		11:30-12:15 らくらくエアロ YaYa		11:15-12:15 RPM 羽賀		11:15-12:00 ズンバ YaYa
13:00		事前予約必須 有料						12:30-13:30 ボディステップ 桑原		12:15-13:15 ボディコンバット 渡邊		12:30-13:15 レズミルズストーン45 羽賀		12:15-13:00 やさしいピラティス YaYa
14:00		「イベント」 13:00-14:00 ボディコンバット 谷 顕真トレーナー						12:45-13:45 ボディバランス 田村・近藤		13:45-14:30 美尻メソッド MITSUE		13:30-14:30 リラックスヨガ PIRI		13:30-14:15 ビューティーワークアウト MITSUE
15:00		WEB予約						14:15-15:15 ボディジャム 菊地・近藤		14:00-15:00 RPM 羽賀		13:45-14:45 ボディステップ 桑原		14:45-15:30 らくらくHIPHOP MITSUE
16:00		14:30-15:30 ボディジャム 菊地								15:00-15:45 ランランエアロ MITSUE		WEB予約		
17:00		16:00-18:15 卓球利用時間						15:30-16:30 卓球利用時間		16:15-17:30 卓球利用時間		15:15-16:15 ボディパンプ 桑原		16:15-17:30 卓球利用時間
18:00		17:30-17:50 体がかたいひとのための ストレッチ										16:30-17:30 卓球利用時間		
19:00		17:50-18:40 初中級エアロ												
20:00		18:40-19:10 Beat WORKOUT												
21:00		19:10-19:40 EXCITE BOUND												
22:00		19:40-20:35 ボクシングエクササイズ												
		20:35-21:00 癒しのOdakaYoga												

通常営業

スタッフ不在日

更衣室利用時間18時まで

【表記について】
 ●...バーチャルプログラム
 ■...レズミルズプログラム
 ■...WEB予約対象プログラム(ハコモノ登録必須)
 ■...有料プログラム(ハコモノ登録必須)
 ●...スタジオ初心者の方歓迎
 『週替わり』...各スタジオ前に1カ月分掲示

【スタジオ定員・他店舗会員様予約について】
 スタジオA:45名定員
 スタジオB:ツール有40名/ツール無50名定員
 無料WEB予約...他店舗会員様利用不可
 有料WEB予約...他店舗会員様3日前22時より予約可能
 当日整理券...開始時刻45分前よりフロント横に設置※全会員様対象

【2026年GW 特別営業時間】
 ●4月30日(木)から5月2日(土)まで3日間 ⇒ スタッフ不在日
 ●5月3日(日)から6日(水)まで4日間 ⇒ スタッフ常駐時間短縮
 ※2F更衣室利用 9:00-18:00 / フロント・TEL受付時間 9:00-17:00