

		12/30(火)	12/31(水)	1/1(木)	1/2(金)	1/3(土)	1/4(日)	
8:00	ホットスタジオ	常温スタジオ	ホットスタジオ	常温スタジオ	ホットスタジオ	常温スタジオ	ホットスタジオ	8:00
9:00								9:00
10:00	10:00~10:45 <b>LESMILLS DANCE</b> SAKI	FINAL						10:00
11:00	11:00~11:45 エアロ中級 石川	★★	11:00~12:00 パワーフローヨガ なつこ	11:00~12:00 リトモス 木村	★★	心と身体が変わるヨガ 今井	11:00~12:00 ベーシックヨガ 美菜	11:00
12:00	12:00~13:00 <b>ZUMBA</b> 石川		イベント	12:15~13:15 みくのヨガピラ みく	★★★	12:15~13:15 フローヨガ 美菜	12:15~13:15 ★★★	12:00
13:00			LesMills <b>BODYATTACK</b> SAKI 舟橋彩香			13:30~14:30 シェイプヨガ 美菜		13:00
14:00			イベント	13:45~14:45 <b>BODYPUMP</b> erico ヨシオ	★★	14:15~15:15 <b>BODYPUMP</b> erico 若木	14:15~15:15 <b>BODYPUMP</b> erico 若木	14:00
15:00	15:00~16:00 リラックスヨガ 美菜			イベント	15:15~16:15 <b>BODYCOMBAT</b> erico ヨシオ	★★	15:00~15:45 エアロ初級 RITSUKO	15:00
16:00	★★★	16:15~17:15 Sound On ヨガ 美菜				15:45~16:45 <b>BODYCOMBAT</b> erico 若木	16:00~16:45 ボディメイク トレーニング RITSUKO	16:00
17:00								17:00
18:00								18:00
19:00								19:00
20:00	19:45~20:45 <b>BODYPUMP</b> ヨシオ		【定員】常温スタジオ 45名 HOTスタジオ 20名  ●整理券はレッスン開始45分前からフロントにて掲示致します。 お1人様1枚、ご自分の分のみお取りください。 ●スタジオ除菌清掃終了次第、ご入室ください。 ●レッスン開始時刻を過ぎてからのご入室及び緊急時以外での途中退出はご遠慮ください。 ●HOT ヨガの温度設定は32~36℃です。 各レッスンの強度は★の数で表していますが、おおよその目安です。 ● スタジオ有料予約は20名様まで、ふじみ野会員様のみ ご購入できます。(ご予約は、予約希望レッスン終了時刻の1週間前 同時刻からできます。)			年末年始スタッフ受付時間  12月29日(月) 12月30日(火) 12月31日(水) 1月1日(木祝) 1月2日(金) 1月3日(土) 1月4日(日) 1月5日(月)	通常 8:00~22:30 10:00~19:00 ノースタッフデー 10:00~19:00 10:00~19:00 10:00~19:00 通常 8:00~22:30	20:00
21:00	21:00~22:00 <b>BODYCOMBAT</b> ヨシオ	★★	21:15~22:00 引き締めヨガ 千晴					21:00
22:00								22:00

## スタジオプログラムはございません



【定員】常温スタジオ 45名 HOTスタジオ 20名

- 整理券はレッスン開始45分前からフロントにて掲示致します。  
お1人様1枚、ご自分の分のみお取りください。
- スタジオ除菌清掃終了次第、ご入室ください。
- レッスン開始時刻を過ぎてからのご入室及び緊急時以外での途中退出はご遠慮ください。
- HOT ヨガの温度設定は32~36℃です。  
各レッスンの強度は★の数で表していますが、おおよその目安です。
- スタジオ有料予約は20名様まで、ふじみ野会員様のみ  
ご購入できます。(ご予約は、予約希望レッスン終了時刻の1週間前  
同時刻からできます。)

年末年始スタッフ受付時間

12月29日(月)  
12月30日(火)  
12月31日(水)  
1月1日(木祝)  
1月2日(金)  
1月3日(土)  
1月4日(日)  
1月5日(月)

通常 8:00~22:30

10:00~19:00

ノースタッフデー

10:00~19:00

10:00~19:00

10:00~19:00

通常 8:00~22:30

最新情報・お得な情報を  
お届けいたします



JOYFIT.24