

# JOYFIT24LITE 花巻 2024-2025 年末年始スタジオ特別プログラム

※12/29~1/3 期間中は、スタッフ常駐時間(各種受付・通常更衣室利用時間) 9:00~17:00まで ご利用いただけます。  
1/1はノースタッフデイの為、終日24時間更衣室をご利用ください。

	12/29(日曜日)	12/30(月曜日)	12/31(火曜日)	1/1(水曜日)	1/2(木曜日)	1/3(金曜日)
9:00						
10:00	10:00~10:45 エアロビクス 井上 寛司	<b>SPECIAL EVENT!</b> 10:00~10:45 J-POPダンスエクササイズ YOSHI	<b>SPECIAL EVENT!</b> 10:00~12:00 太陽礼拝108回	ジ ム の ス タ フ デ イ	ジ ム の み 営 業	ジ ム の み 営 業
11:00	11:00~11:45 ZUMBA 井上 寛司	<b>SPECIAL EVENT!</b> 11:00~11:45 ロックダンスレッスン YOSHI	年末恒例イベント! 参加者には太陽礼拝終了書 をお渡しいたします♪ 一年の締めくくりに参加してね!			
12:00	<b>SPECIAL EVENT!</b> 12:05~13:20 コラボダンスフィットネス KANJI/YOSHI	12:00~12:45 ラテンエアロ 新銀 幸子	<b>SPECIAL EVENT!</b> RADICAL 12:30~13:30 UBOUND 阿部 幸香/照井 啓路/よこたろう			
13:00		13:00~13:45 LES MILLS BODYCOMBAT 新銀 幸子				
14:00	13:40~14:40 ハタヨガフロー サカモト チエミ	14:00~14:45 LES MILLS BODYATTACK 岸本 愛				
15:00						
16:00						
17:00						

年末年始も24時間営業中!