

	月			火			水			木			金			土			日		
	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ	スタジオA	スタジオB	ホットスタジオ
8:30																					
9:00				9:00-10:00 有料レッスン 岡崎																	
9:30																					
10:00	有料予約 10:00-11:00 BODYJAM 小松	10:00-10:45 リラックス骨整体 馬場		定員40名					有料予約 10:00-11:00 BODYPUMP kimihiko	10:15-11:15 ZUMBA SAYA			有料予約 10:15-11:00 ZUMBA SAYA	10:15-11:00 ZUMBA SAYA	10:15-11:00 ZUMBA SAYA	10:15-11:00 ZUMBA SAYA	10:15-11:00 ZUMBA SAYA	10:15-11:00 ZUMBA SAYA	10:15-11:00 ZUMBA SAYA	10:15-11:00 ZUMBA SAYA	10:15-11:00 ZUMBA SAYA
10:30		定員25名																			
11:00	有料予約 11:00-11:45 変数改善エクササイズ 大栗								有料予約 11:00-12:00 ジャズダンス 山内				有料予約 11:00-12:00 ジャズダンス 山内								
11:30	11:30-12:15 ZUMBA 小松	12:00-13:00 フラダンス 大内		11:30-12:15 らくらくエアロ JUNKO	11:15-12:00 RPM45 千葉				11:30-12:15 BODYCOMBAT45 大栗				11:30-12:15 BODYATTACK45 大栗								
12:00																					
12:30	有料予約 12:45-13:45 BODYCOMBAT 本間	12:30-13:15 リラックスヨガ 石川(夏)		有料予約 12:45-13:45 はじめてヨーガ 斎藤					12:45-13:30 BODYJAM45 反橋	12:45-13:30 LESMILLS CORE 戸島			12:45-13:30 BODYJAM45 反橋	12:45-13:30 LESMILLS CORE 戸島							
13:00		CHANGE!		12:45-13:45 はじめてヨーガ 斎藤																	
13:30		13:30-14:15 コアバランス 吉川		12:45-13:45 はじめてヨーガ 斎藤																	
14:00				12:45-13:45 はじめてヨーガ 斎藤																	
14:30	14:30-15:30 ヨガ 青木	13:50-14:50 ホットヨガベシック 石川(夏)		14:00-14:45 BODYBALANCE45 江上					14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI			14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI							
15:00				14:00-14:45 BODYBALANCE45 江上					14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI			14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI							
15:30				14:00-14:45 BODYBALANCE45 江上					14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI			14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI							
16:00				14:00-14:45 BODYBALANCE45 江上					14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI			14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI							
16:30	16:30-17:30 キッズ 空手教室 (小1~小6)			14:00-14:45 BODYBALANCE45 江上					14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI			14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI							
17:00				14:00-14:45 BODYBALANCE45 江上					14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI			14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI							
17:30				14:00-14:45 BODYBALANCE45 江上					14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI			14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI							
18:00				14:00-14:45 BODYBALANCE45 江上					14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI			14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI							
18:30				14:00-14:45 BODYBALANCE45 江上					14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI			14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI							
19:00				14:00-14:45 BODYBALANCE45 江上					14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI			14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI							
19:30	19:15-19:45 BODYPUMP30 田中	19:30-20:30 RITMOS 反橋		14:00-14:45 BODYBALANCE45 江上					14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI			14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI							
20:00	有料予約 20:15-21:15 BODYCOMBAT 渡辺	20:00-20:45 リフレッシュヨガ JUNKO		14:00-14:45 BODYBALANCE45 江上					14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI			14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI							
21:00				14:00-14:45 BODYBALANCE45 江上					14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI			14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI							
21:30	有料予約 21:45-22:30 BODYCOMBAT45 大栗			14:00-14:45 BODYBALANCE45 江上					14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI			14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI							
22:00				14:00-14:45 BODYBALANCE45 江上					14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI			14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI							
22:30				14:00-14:45 BODYBALANCE45 江上					14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI			14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI							
23:00				14:00-14:45 BODYBALANCE45 江上					14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI			14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI							
23:30				14:00-14:45 BODYBALANCE45 江上					14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI			14:00-14:45 ヨガ 青木	13:45-14:30 ボディメイクヨガ AKI							

【有料レッスン】
RPMにつきましては、
完全有料制でございます。
RPM:1レッスン¥500(税込¥550)
定員12名

定員 Aスタジオ:65名 Bスタジオ:30名 ホットスタジオ:25名
ツール使用クラス定員 Aスタジオ:40名 Bスタジオ:25名 RPM:12名 トランポリン:10名 ホットスタジオ:18名 プログラム下部に記載しております。

- 1スタジオプログラムは、新型コロナウイルス感染予防のため間隔を確保するため定員制とさせていただきます。
- 2レッスン参加整理券は、ご登録店がジョイフィット平岡公園のお客様はレッスン開始60分前より、他店会員様はレッスン開始30分前よりジムカウンター(ホットスタジオは発券機)にて配布をいたしますので、ご参加希望の方は整理券をお持ちの上スタジオにお集まりください。
- 3レッスン開始90分前よりAスタジオ前に間隔を空けて整理して頂きます。
- 4ホットスタジオは床暖房のみ、スタジオ内の温度を通常より下げて営業しております。また、換気のためスタジオを常時開放させて頂いております。
- 5ツール(ストレッチマット等)を使うプログラムにご参加の場合は、クラス終了後お客様各自のツール消毒のご協力をお願いします。
- 6【予約方法】hacomonにて有料WEB予約および通常WEB予約をご利用頂けます。有料:7日前(300円税込330円)・通常:3日前よりご予約頂けます。