

JOYFIT札幌平岡公園 お盆PG 8/10~8/16

	8/10(土)			8/11(日)			8/12(月)			8/13(火)			8/14(水)			8/15(木)			8/16(金)			
	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	特別営業 8:00~19:00			特別営業 8:00~19:00			特別営業 8:00~19:00			特別営業 8:00~19:00			特別営業 8:00~19:00			特別営業 8:00~19:00			特別営業 8:00~19:00			
9:30																						
10:00	事前予約可 10:00-11:00 BODYPUMP 大栗		10:00-10:45 ベーシックヨガ シャクティ	10:00-10:30 BODYPUMP 戸館		10:00-10:45 おはよう太陽礼拝 シャクティ	10:00-10:45 リラックス骨盤体操 馬場		10:00-10:45 リラククス骨盤体操 馬場			10:15-11:00 からだほぐし&ヨガ JUNKO	10:00-11:00 BODYPUMP 大栗		10:00-11:00 脂肪燃焼ヨガ シャクティ	10:15-11:00 フリースタイルジャズ 神	10:30-11:15 有料レッスン RPM 村岡		10:15-10:45 やさしいエアロ 尻ミッターフジオ	10:10-11:10 ヨガ 青木	10:00-11:00 骨盤調整ヨガ TAMA	
10:30	定員50名			事前予約可 11:00-12:00 BODYCOMBAT 大栗			10:30-11:00 BODYPUMP 戸館		11:00-11:45 調整改善エクササイズ 大栗			定員18名	定員50名									
11:00	事前予約可 11:30-12:15 BODYATTACK MAKI	11:15-12:00 ZUMBA シャクティ	11:15-12:00 ホットコアトレーニング 大栗	11:00-11:45 かんたんエアロ45 シャクティ		11:30-12:15 肩スッキリヨガ TAMA	11:30-12:15 BODYATTACK 奥村		11:00-11:45 調整改善エクササイズ 大栗			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		11:15-12:15 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYATTACK 大栗		11:30-12:15 体幹ストレッチ 神	11:15-12:00 ランランエアロ 尻ミッターフジオ		11:30-12:15 肩スッキリヨガ TAMA	
11:30	事前予約可 12:45-13:30 ランランエアロ 石川(朋)			12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
12:00				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
12:30				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
13:00				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
13:30				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
14:00				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
14:30				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
15:00				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
15:30				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
16:00				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
16:30				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
17:00				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
17:30				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
18:00				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
18:30				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
19:00				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
19:30				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
20:00				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
20:30				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
21:00				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
21:30				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
22:00				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
23:00				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI
23:30				12:15-12:45 LES MILLS CORE 戸島		12:45-13:45 骨盤調整ヨガ TAMA	12:45-13:45 サルセッション CHIKA		12:30-13:15 リラククスヨガ 石川(夏)			11:30-12:30 ユニバーサルヨガ ERINA	11:30-12:30 BODYCOMBAT 大栗		12:45-13:45 ハタヨガ みこ	12:45-13:15 ホットコアトレーニング 大栗			13:00-14:00 優しいヨガ 斎藤	13:00-14:00 BODYBALANCE 佐藤		12:30-13:15 BODYCOMBAT KODAI

定員 Aスタジオ70名 Bスタジオ33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50名 Bスタジオ33名

- ①スタジオプログラムは定員制とさせていただきます。
- ②レッスン参加整理券は、所属店舗問わず1時間前より配布いたします。
フロントにて(ホットスタジオレッスンは発券機)配布いたしますので、
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列して頂きます。
- 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。
- ⑤【予約方法】hacomonoにて有料予約および無料予約をご利用いただけます。
有料:平岡会員様7日前 他店舗会員様3日前(¥300¥330税込) /
無料:平岡会員様のみ3日前よりご予約いただけます。

JOYFIT札幌平岡公園 8月 スタジオプログラム

LESMILLS

ヨガ・健康いきいき

ダンス

エアロビクス

ラディカル

ホットスタジオ

	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 青春コンディショニング 岡崎												8:30-9:30 モーニングヨガ 大廣			8:30-9:30 モーニングヨガ yuca		
9:30																					
10:00	事前予約可 10:00-11:00 BODYJAM 小松	10:00-10:45 リラクゼーション 馬場		定員50名					事前予約可 10:00-11:00 BODYPUMP 大栗				10:15-11:00 有料レッスン RPM 村岡	10:15-11:10 やさしいエアロ 青木	10:00-10:45 ビューティーパワーヨガ 丸谷	10:00-10:45 MEGADANZ 麻田		9:50-10:50 脂肪燃焼ヨガ 大廣	10:00-10:30 BODYPUMP 戸籍	9:45-10:45 おはよう太陽礼拝ヨガ シャクティ	
10:30																					
11:00	事前予約可 11:10-11:40 (ストレッチ) 大栗	11:10-11:40 安孫子			CHANGE!				事前予約可 11:00-12:00 ジャズダンス 山内				事前予約可 11:30-12:15 BODYATTACK 大栗			11:00-11:45 はじめてのピラティス 丸谷		事前予約可 11:15-12:15 BODYPUMP 大栗	11:15-12:00 ラテンコアエクササイズ 麻田	11:00-12:00 BODYCOMBAT 大栗	11:00-11:45 かんたんエアロ45 シャクティ
11:30	11:30-12:15 ZUMBA 小松	12:00-13:00 フラダンス 大内																			
12:00																					
12:30																					
12:45	12:45-13:45 サルセーション CHIKA	12:30-13:15 ホットヨガベーシック 石川(夏)																			
13:00																					
13:30																					
13:30																					
14:00																					
14:30																					
14:30	14:30-15:30 ヨガ 青木	13:50-14:50 スローフローヨガ 石川(夏)																			
15:00																					
15:00																					
15:30																					
15:30																					
16:00																					
16:00																					
16:30																					
16:30																					
17:00																					
17:00																					
17:30																					
17:30																					
18:00																					
18:00																					
18:30																					
18:30																					
19:00																					
19:00																					
19:30	事前予約可 19:15-20:00 BODYATTACK 大栗	19:30-20:30 RITMOS 反橋																			
19:30																					
20:00																					
20:00																					
20:30	事前予約可 20:30-21:30 BODYCOMBAT 大栗	20:00-20:45 リフレッシュヨガ JUNKO																			
20:30																					
21:00																					
21:00																					
21:30																					
21:30																					
22:00																					
22:00																					
22:30																					
22:30																					
23:00																					
23:00																					
23:30																					

定員 Aスタジオ70名 Bスタジオ33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50名 Bスタジオ33名 ホットスタジオ:18名 その他※定員表記あり

- ①スタジオプログラムは定員制とさせていただきます。
- ②レッスン参加整理券は、所属店舗問わず1時間前より配布いたします。
フロントにて(ホットスタジオレッスンは発券機)配布いたしますので、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列して頂きます。
- 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。
- ⑤【予約方法】hacomonoにて有料予約および無料予約をご利用いただけます。 有料:平岡会員様7日前 他店舗会員様3日前(¥300¥330税込) / 無料:平岡会員様のみ3日前よりご予約いただけます。
- ⑥ハマチャチャは月額¥3,000¥3,300税込でご参加いただけます。

事前予約可 = ハコモノ予約可

ハコモノ予約サイト登録はこちらから⇒

