

2024年~2025年 年末年始プログラム

プログラム・時間の変更にご注意ください(赤枠内)

比較的低強度・難易度が低く、初心者でも安心して参加できます。

	12/28(土)	12/29(日)	12/30(月)	12/31(火)	1/1(水)	1/2(木)	1/3(金)	1/4(土)	1/5(日)	
10:00										10:00
10:30	10:30-11:30 ストレッチヨガ TOMOMI	10:30-11:15 BODYBALANCE™45 伊藤のりすけ 新曲	10:30-11:30 ストレッチヨガ TOMOMI					10:30-11:30 フローミュージックヨガ TOMOMI	10:30-11:15 BODYBALANCE™45 伊藤のりすけ	10:30
11:00		当日券11:20 新曲						当日券11:20	11:40-12:40 BODYSTEP™ 伊藤のりすけ	11:00
11:30									11:40-12:40 BODYSTEP™ 伊藤のりすけ	11:30
12:00	11:55-12:55 BODYJAM™ 石寄		11:50-12:50 BODYCOMBAT™ 白井					11:55-12:55 BODYJAM™ 石寄		12:00
12:30			当日券12:50 新曲							12:30
13:00	13:20-14:20 ZUMBA 石寄	13:00-14:00 BODYCOMBAT™ 白井	13:10-14:10 BODYPUMP™ 石原桃菜 白井					13:20-14:20 ZUMBA 石寄	13:00-14:00 BODYCOMBAT™ 白井	13:00
13:30			当日券14:10 新曲							13:30
14:00		14:20-15:20 BODYPUMP™ YUMA	14:30-15:30 BODYJAM™ 石原桃菜 石寄					14:45-15:30 BODYPUMP™45 京田	14:20-15:20 BODYPUMP™ 白井	14:00
14:30	14:45-15:30 BODYPUMP™45 京田									14:30
15:00		当日券15:20 新曲								15:00
15:30	15:50-16:50 BODYATTACK™ 京田	15:40-16:40 BODYATTACK™ YUMA	15:50-16:50 ZUMBA 石寄					15:50-16:50 BODYATTACK™ 京田	15:40-16:40 BODYATTACK™ ZUNE	15:30
16:00										16:00
16:30										16:30
17:00										17:00
17:30										17:30
18:00						18:00				
18:30	<p>フロント受付時間 18:30まで</p> <p>更衣室 19:00まで</p>									18:30
19:00										19:00
19:30										19:30
20:00										20:00
20:30										20:30
21:00										21:00
21:30										21:30
22:00										22:00
22:30	22:30									
23:00	23:00									
23:30	23:30									

抽選整理券について

事前予約が必要です。詳しくはHPにてご確認ください。



緊急代行・緊急休講の可能性あります。

予めご了承ください。

JOYFIT 24 LITE 百舌鳥八幡

TEL:072-258-2626

