

JOYFIT 24 新潟青山 スタジオスケジュール

GW

LINE公式アカウント



Instagram



最新のスケジュール・代行・休講はLINEで！

最新情報はInstagramで！

4/30(木)		5/1(金)		5/2(土)		5/3(日)		5/4(月)		5/5(火)		5/6(水)		
Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	
9:00-9:50 モーニングヨガ 石井														
10:00-10:50 ZUMBA 柏崎	10:00-10:50 はじめてフラダンス ナウバカ新潟校 高橋	10:00-10:50 Balletone ソールシンセシス ひなの	10:00-10:40 はじめてフラダンス 大川	9:45-10:35 エンジョイ カロリーバーナー50 坪谷	9:30-12:00 ストレッチフリー スタジオ開放中	10:00-10:50 コンピネーション エアロ 大塚	9:30-12:00 ストレッチフリー スタジオ開放中	10:00-10:50 Heart to Heart ヨガレッチ 小糸	10:30-11:00 からだスッキリ ほくほくメンテナンス miyu	9:30-10:30 演武観賞& やってみよう太極拳 野口		10:00-10:50 Heart to Heart ヨガレッチ 小糸		
11:30-12:15 BODY JAM 古城	11:15-12:05 美脚・美姿勢 エクササイズ 中村	11:15-12:05 ラテンエアロ MINA	10:50-11:30 初級～中級フラダンス 大川	11:00-12:00 BODY COMBAT 駒田×長谷川×村山 ※整理券抽選配布	ご自由にお使いください	11:15-12:00 ステップⅠ 大塚	ご自由にお使いください	11:15-12:15 BODY PUMP 細川 定員 45名	11:15-12:15 ヘルヴィスヨガ miyu	11:00-12:00 BODY BALANCE 野口		11:30-12:15 BODY PUMP 村山 定員 45名	12:00-12:50 だれでもかんたん シェイプアップサルサ Keiko	
12:45-13:30 BODY COMBAT 古城	12:30-13:20 かんたん リフレッシュヨガ ふくま	12:30-13:15 BODY BALANCE 野口	11:40-12:30 上級 フラダンス 大川	12:30-13:00 LES MILLS CORE 駒田×細川 ※整理券抽選配布 定員 35名		12:30-13:30 BODY COMBAT 古城×高橋×仁木 ※整理券抽選配布	12:45-13:35 ストリートダンス TAKUTO	12:45-13:15 LES MILLS CORE 細川 定員 35名	12:40-13:30 コンピネーション エアロ 圓山	12:30-13:20 からだバー 中村 定員 25名	12:45-13:35 歩くシェイプアップ エアロ 添田			
14:00-14:50 コンピネーション ステップ 橋本 定員 45名	13:40-14:30 背骨 コンディショニング 古賀	14:00-14:40 ステップⅠ 坪谷 定員 45名	14:00-14:50 ストリートダンス 中嶋	13:30-14:20 コンピネーション エアロ 添田		14:00-15:00 BODY JAM 古城×米谷×仁木 ※整理券抽選配布	14:45-15:35 Balletone ソールシンセシス ひなの	14:00-14:50 シェイプエアロ 坪谷	13:45-14:30 UNIVERSAL YOGA EARTH 細川	14:00-14:50 エンジョイ カロリーバーナー50 坪谷	14:00-14:45 BODY COMBAT 高橋	14:00-14:45 LES MILLS CORE 細川 定員 35名	15:05-15:50 レスミルズピラティス 細川	
15:20-16:00 太極扇 野口	15:00-15:45 ちよいトレ&ストレッチ45 坪谷			16:00-16:30 BODY PUMP 細川 定員 45名	16:30-17:20 Heart to Heart ヨガレッチ 小糸	15:30-16:30 BODY ATTACK 米谷×足立 ※整理券抽選配布		15:15-16:00 はじめてエアロ 坪谷	15:15-16:05 Balletone ソールシンセシス ひなの				16:00-16:45 ダンススクール 幼児クラス ※5歳から小学2年 16:50～17:50 ダンススクール 初級クラス 中嶋	
■ウォーキングトラックレッスン■ 13:30-14:00 はじめて太極拳 担当:野口 14:15-15:05 太極拳 担当:野口		無料体験& 体験レッスン 受付中												
18:45-19:15 BODY BALANCE 大塚		19:15-20:00 BODY COMBAT 高橋	19:15-20:05 やさしいヨガ 渡辺(直)	19:15-20:05 バレエクラス 南				19:15-20:00 BODY JAM 仁木	19:00-19:50 やさしい アシュタンガヨガ ふくま	18:10-18:55 ZUMBA GON	18:30-19:10 ちよいやるバレエ(バー) 川谷	19:15-20:00 BODY PUMP 足立 定員 45名	19:20-20:00 ちよいやるバレエ(センター) 川谷	
19:35-20:20 BODY STEP 足立 定員 45名	19:35-20:20 ベーシックエアロ 大塚	20:20-20:50 LES MILLS CORE 高橋 定員 35名	20:25-21:15 ハタヨガ 渡辺(直)	～整理券抽選配布について～ JOYFIT24新潟青山20周年イベントに伴い混雑が予想されるため 50番まで整理券を配布いたします。整理券なしでも参加可能です。 ●新潟青山会員様→レッスン開始1時間前から抽選可能(1番～30番) ※会員証をご提示ください ●他店舗会員様→レッスン開始30分前から抽選可能(31番～50番) ※整理券番号順の入場となります				20:20-21:05 BODY COMBAT 村山	20:20-21:05 BODY ATTACK 足立	20:15-21:05 かんたん リフレッシュヨガ ふくま				
20:40-21:25 LES MILLS DANCE 大塚														

注意事項

※定員制のプログラムには「整理券」が必要です。詳細はフロントにお問い合わせください。
※プログラム開始後の途中入場や退場は、インストラクターの指示が無い限り、お断りしております。
※プログラム終了後は清掃のため、速やかにご退場ください。使用した器具はもとの位置へお戻しください。

エアロ ピクス	ヨガ ピラティス	ダンス
健康 づくり	店長の オススメ	こども 教室
イベント	フリー タイム	有料 クラス

運動目安

初心者向け
脂肪燃焼向け
※個人差がございますので目安としてください。

ご家族様限定
同伴体験利用 無料
スタジオプログラムには一部対象外のレッスンがございます。