

JOYFIT® 東区役所 スタジオスケジュール

8月



最新のスケジュール・代行・休講はLINEで！



最新情報はInstagramで！



MON				TUE				WED				THU				FRI				SAT				SUN			
Aスタジオ				Aスタジオ				Aスタジオ				Aスタジオ				Aスタジオ				Aスタジオ				Aスタジオ			
ホットスタジオ				ホットスタジオ				ホットスタジオ				ホットスタジオ				ホットスタジオ				ホットスタジオ				ホットスタジオ			
オープンスタジオ				オープンスタジオ				オープンスタジオ				オープンスタジオ				オープンスタジオ				オープンスタジオ				オープンスタジオ			
9:00				9:00-9:45				9:00-9:45				9:00-9:45				9:00-9:45				9:00-9:45				9:00-9:45			
:30				卓球				卓球				卓球				卓球				卓球				卓球			
10:00				9:45-10:30				9:45-10:30				9:45-10:30				9:45-10:30				9:45-10:30				9:45-10:30			
:30				らくらくエアロ				J-POP				J-POP				J-POP				J-POP				J-POP			
11:00				モーニングヨガ				ダンス				ダンス				ダンス				ダンス				ダンス			
:30				橋本				Misato				Misato				Misato				Misato				Misato			
12:00				10:00-10:45				卓球				卓球				卓球				卓球				卓球			
:30				10:45-11:30				10:45-11:30				10:45-11:30				10:45-11:30				10:45-11:30				10:45-11:30			
13:00				11:00-11:45				11:00-11:45				11:00-11:45				11:00-11:45				11:00-11:45				11:00-11:45			
:30				11:45-12:30				11:45-12:30				11:45-12:30				11:45-12:30				11:45-12:30				11:45-12:30			
14:00				12:00-12:45				12:00-12:45				12:00-12:45				12:00-12:45				12:00-12:45				12:00-12:45			
:30				12:45-13:30				12:45-13:30				12:45-13:30				12:45-13:30				12:45-13:30				12:45-13:30			
15:00				13:00-13:45				13:00-13:45				13:00-13:45				13:00-13:45				13:00-13:45				13:00-13:45			
:30				13:45-14:30				13:45-14:30				13:45-14:30				13:45-14:30				13:45-14:30				13:45-14:30			
16:00				14:00-14:45				14:00-14:45				14:00-14:45				14:00-14:45				14:00-14:45				14:00-14:45			
:30				14:45-15:30				14:45-15:30				14:45-15:30				14:45-15:30				14:45-15:30				14:45-15:30			
17:00				15:00-15:45				15:00-15:45				15:00-15:45				15:00-15:45				15:00-15:45				15:00-15:45			
:30				15:45-16:30				15:45-16:30				15:45-16:30				15:45-16:30				15:45-16:30				15:45-16:30			
18:00				16:00-16:45				16:00-16:45				16:00-16:45				16:00-16:45				16:00-16:45				16:00-16:45			
:30				16:45-17:30				16:45-17:30				16:45-17:30				16:45-17:30				16:45-17:30				16:45-17:30			
19:00				17:00-17:45				17:00-17:45				17:00-17:45				17:00-17:45				17:00-17:45				17:00-17:45			
:30				17:45-18:30				17:45-18:30				17:45-18:30				17:45-18:30				17:45-18:30				17:45-18:30			
20:00				18:00-18:45				18:00-18:45				18:00-18:45				18:00-18:45				18:00-18:45				18:00-18:45			
:30				18:45-19:30				18:45-19:30				18:45-19:30				18:45-19:30				18:45-19:30				18:45-19:30			
21:00				19:00-19:45				19:00-19:45				19:00-19:45				19:00-19:45				19:00-19:45				19:00-19:45			
:30				19:45-20:30				19:45-20:30				19:45-20:30				19:45-20:30				19:45-20:30				19:45-20:30			
22:00				20:00-20:45				20:00-20:45				20:00-20:45				20:00-20:45				20:00-20:45				20:00-20:45			

注意  
事項

※ホットスタジオのプログラムと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。

種類

エアロ ビクス	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。	

ビジター利用



利用料金	初～入庫1回ご利用
1,100円(税込)	
利用期間	2025.8.1(金)～ 2025.8.24(日)

<b>注意事項</b>	※ホットスタジオのプログラムと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。		
<b>種類</b>	エアロ ビクス	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
<b>運動目安</b>	  初心者向け    脂肪燃焼向け <small>※個人差がございますので目安としてください。</small>		
<b>ビジター利用</b> <div style="float: right; border: 1px solid black; padding: 5px;"> <b>利用料金</b> 初～入替1回ご利用  <b>1,100円(税込)</b>  <b>利用期間</b> 2025.8.1(金)～                  2025.8.24(日)             </div> <div style="clear: both;"></div>   <small>* スタジオBプログラムには一部対象外のレッスンがございます。</small>			