年末年始 スケジュール

12月26日(木)～1月5日(日)は年末年始プログラムとなります！
★1月6日から通常プログラムです

12月26日(木)

STUDIO A

- 10:00～10:45 背骨コンディショニング GENKI（整 配布 9:45～）
- 11:05～11:55 自力整体 片倉
- 12:15～13:00 BODYJAM™45 佐々木ゆう
- 14:45～17:00 卓球フリー利用
- 18:30～19:15 オリジナルエアロ 園田（予約）
- 19:30～20:30 RITMOS 青山
- 20:45～21:45 BODYATTACK™ 緒方

STUDIO B

- 仙骨枕、セラバンドをお持ちください 不調改善、肩こり・腰痛予防の効果が期待できます。※仙骨枕レンタル300円/個
- 16:30～17:30 KIDSバレエ①（加奈バレエスクール）
- 17:35～18:35 ジュニアバレエ②（加奈バレエスクール）
- 18:35～19:00 ジュニアバレエアドバンス
- 19:30～20:15 LesMills TONE™45 緒方（整 配布 18:00～ 有料予約可）

12月27日(金)

STUDIO A

- 10:00～10:30 やさしいエアロ 高島リサ
- 10:50～11:35 ヨガ45 佐野
- 11:55～12:25 BODYPUMP30™ 笹岡
- 12:45～13:45 BODYJAM™ NONA
- 14:05～15:05 RITMOS 冨安
- 15:25～16:15 ヨガ50 淡川
- 19:35～20:35 BODYCOMBAT™ 白木（整 配布 18:00～ 有料予約可）
- 20:55～21:55 BODYSTEP™ 白木（整 配布 18:00～ 有料予約可）

STUDIO B

- 14:25～15:10 マナフラフットセラピー 淡川
- 16:00～17:30 卓球フリー利用

12月28日(土)

STUDIO A

- 10:00～10:45 ピラティス YOSHIKO
- 11:05～11:50 ZUMBA YOSHIKO（整 配布 10:00～）
- 12:10～12:40 セルフケア 鎌田
- 13:00～14:00 BODYATTACK™ 小番＆ZUNE（整 当日券 12:00～ 有料予約可）
- 14:20～15:20 BODYJAM™ YUKKY＆佐々木ゆう（予約 当日券 12:00～ TICKET）
- 15:45～16:45 BODYPUMP™ SAEKI＆笹岡（予約 当日券 12:00～ TICKET）
- 17:10～18:10 BODYCOMBAT™ SAEKI＆栗山&YUKKY（予約 当日券 12:00～ TICKET）

小番デビュー ※No.125で実施します

YUKKYデビュー

STUDIO B

- 13:00～13:45 パンチ＆キック 鎌田
- 14:30～15:30 パワーヨガ 澤野（整 配布 12:00～）

12月29日(日)

STUDIO A

- 10:00～11:00 ヨガ 松尾
- 11:20～12:20 BODYPUMP™ 笹岡（整 配布 9:45～ 有料予約可）
- 12:45～13:45 BODYCOMBAT™ CHISATO＆KAREN＆笹岡（予約 当日券 12:00～ TICKET）
- 14:05～15:05 BODYATTACK™ NONA＆CHISATO（予約 当日券 12:00～ TICKET）
- 15:25～16:25 BODYJAM™ ASAMI＆NONA（予約 当日券 12:00～ TICKET）

STUDIO B

- 卓球フリー利用

12月30日(月)

STUDIO A

- 10:00～11:00 ヨガ 二軒谷
- 11:20～12:05 オリジナルエアロ 高島リサ（予約）
- 12:30～13:30 BODYATTACK™ 緒方（整 配布 10:00～）
- 13:50～14:35 LesMills TONE™45 YUKKY＆緒方（予約 当日券 10:00～）
- 15:00～16:00 BODYJAM™ YUKKY（予約 当日券 10:00～）
- 16:20～17:20 BODYCOMBAT™ 笹岡（予約 当日券 10:00～）

STUDIO B

- 10:00～17:00 卓球フリー利用

1月3日(金)

STUDIO A

- 10:00～10:45 ヨガ 碧山
- 11:05～11:55 ストリートダンス K'2(カズ)
- 12:15～12:45 BODYPUMP30™ 笹岡（整 配布 9:30～）
- 13:05～13:35 BODYATTACK™30 小番（整 配布 9:30～）

STUDIO B

- 10:00～17:00 卓球フリー利用

1月4日(土)

STUDIO A

- 10:00～10:45 ピラティス YOSHIKO
- 11:05～11:50 ZUMBA YOSHIKO（整 配布 9:45～）
- 12:10～13:10 BODYJAM™ YUKKY（予約 当日券 10:00～）
- 13:30～14:30 BODYCOMBAT™ 栗山（予約 当日券 10:00～）

STUDIO B

- 10:00～13:00 卓球フリー利用

1月5日(日)

STUDIO A

- 10:00～11:00 ヨガ 松尾
- 11:20～12:20 BODYPUMP™ 笹岡（整 配布 9:45～ 有料予約可）
- 12:45～13:45 BODYCOMBAT™ CHISATO（予約 当日券 9:45～）
- 14:05～15:05 BODYATTACK™ CHISATO（整 配布 9:45～ 有料予約可）
- 15:25～16:25 BODYJAM™ NONA（予約 当日券 9:45～）
- 16:40～17:40 BODYSTEP™ NONA

STUDIO B

- 10:00～17:00 卓球フリー利用

予約スタートは
12月8日(日)18:00

【新曲発表会　チケットマーク◆予約】

●JOY6会員様　：　VIP　⇒有料チケット3枚 or 900円（優先入場）
有料[◆]　⇒有料チケット2枚 or 600円
通常/残予約 ⇒有料チケット1枚 or 300円
※入場順　VIP　＞　有料　＞　他店/ビジター　＞　通常・残予約・当日

●他店/ビジター　：有料チケット3枚　or　1,000円/本
※ 抽選の場合は、六甲会員様が優先されます　（優先残予約もチケット必須）
※ ビジター様は、別途施設利用1,500円発生します
★落選/不参加/キャンセルの場合はチケット不要です
★①と②など制限なく予約出来ます

【年末年始スケジュール】

●12月26日～29日	通常営業 ※時間変更のプログラムあります	
●12月30日	特別スケジュール	（更衣室利用可能時間：9：00～19：00）
●12月31日～1月2日	ノースタッフデー	
●1月3日～5日	特別スケジュール	（更衣室利用可能時間：9：00～19：00）

●1月6日より通常営業いたします

スタジオ予約関連ページ
(予約・キャンセル)

スポーツクラブ JOYFIT®
サザンモール六甲