

2026年8月13日(木)～2026年8月16日(日) 北14条光星 特別スタジオプログラムスケジュール

8月10日(月)	8月11日(火)	8月12日(水)	8月13日(木)	8月14日(金)	8月15日(土)	8月16日(日)
通常プログラム	通常プログラム	メンテナンス日	短縮営業期間 9:00～18:00			
			定員数： 37名	定員数： 37名	定員数： 37名	定員数： 18名
			10:00-10:45 リトモス 反橋	★ 10:00-10:45 BAILABAILA Lisa	★ 10:00-11:00 ボディアタック60 村岡	★ 10:00-10:30 GRIT STRENGTH 武中
			定員数： 37名	定員数： 37名	定員数： 37名	定員数： 25名
			11:15-12:00 レズミルズダンス 45 反橋	★ 11:15-12:15 ノンストップBAILABAILA Lisa	★ 11:30-12:30 ボディコンバット60 俊樹	11:00-11:30 レズミルズコア30 Reiko
			定員数： 25名	定員数： 37名	定員数： 37名	定員数： 37名
			★ 12:30-13:30 ボディパンプ 60 坂井・原田	★ 12:45-13:45 ボディジャム60 後藤・横輪	★ 13:00-14:00 ZUMBA60 NAMI	★ 12:00-12:45 ボディコンバット45 Reiko
			定員数： 25名	定員数： 37名	定員数： 20名	定員数： 25名
			★ 14:00-15:00 ユーバウンド60 NAMI	★ 14:15-15:15 ボディコンバット60 後藤・横輪・豊澤	14:30-15:30 ラテンダンススクール(有料) 村田	★ 15:15-16:00 ボディバランス45 俊樹

8月13日(木)～8月16日(日)はお盆短縮営業のため、
スタッフの在中時間を9:00～18:00とさせていただきます。
なお、温浴設備・更衣室のご利用時間も9:00～18:00とさせていただきます。
ジムエリア内シャワーブースは24時間ご利用いただけます。