

JOYFIT 24 仙台泉

2025年 10月 レッスンプログラム



Webでご予約可能なレッスンはこのマーク のあるレッスンです。

- ご予約はレッスン開始1日前 0:00~23:59までです。
- スタジオA20名(ツールを使うものは15名)、スタジオB15名をWeb予約枠といたします。
- Web予約完了した方は店頭にて専用整理券を配布します。
- レッスン開始30分前までにお受け取りください。

※30分前までにお受け取りが出来ない場合はWeb予約は自動キャンセルとなります。店頭発券機で発券ください。

キャンセルは前日まではWebにて申請可、当日はお電話または店頭にてレッスン開始1時間前まで可能とします。

レッスン開始15分前になりましたらWeb予約の方から番号順にインストラクターの指示に従ってご入場ください。

定員 ・スタジオA/45名 ・スタジオB/30名
・ホットスタジオ/25名

ツールを用いるプログラム
・スタジオA/35名 ・スタジオB/25名

初心者向けのレッスン

どなたでもお気軽に参加できるレッスン

MON(月)			TUE (火)			WED(水)			THU(木)			FRI(金)			SAT(土)			SUN(日)		
StudioA	StudioB	ホットスタジオ	StudioA	StudioB	ホットスタジオ	StudioA	StudioB	ホットスタジオ	StudioA	StudioB	ホットスタジオ	StudioA	StudioB	ホットスタジオ	StudioA	StudioB	ホットスタジオ	StudioA	StudioB	ホットスタジオ
9:00																				
30																				
10:00	10:00-10:45 かんたんシェイプステップ 守屋	10:00-11:00 整えヨガティス yuki	10:30-11:15 オリジナルエアロ45 森	10:15-11:00 ZUMBA 大竹 (Catherine)		10:00-10:30 やさしいエアロ 守屋	10:35-11:35 メディカルヨガ 堀越	11:00-12:00 コアコントロール MINAMI	10:45-11:45 オリジナルエアロ60 嶋守	10:00-11:00 ヨガ Aki	10:00-10:45 リフレッシュヨガ 三星千明	9:45-10:45 ヨガ 笹川	10:00-11:00 BAILA BAILA 菊田		9:45-10:45 太極舞 佐藤広美	9:10-10:10 ピラティス Kei		10:10-10:55 BODYPUMP45 佐藤大成		9:30-10:15 ベーシックヨガ MIKA
30																				
11:00	11:10-11:55 ZUMBA MIKI	11:00-11:45 オキシジェノ45 橋本	11:00-11:45 パワーヨガ MINAMI	11:30-12:00 Dance love it 大竹 (Catherine)		10:50-11:35 ZUMBA 守屋	11:00-12:00 ピラティス haruka			11:30-12:30 体幹パワーヨガ 三星千明	11:15-12:00 ヨガ 川田愛美	11:05-11:50 ウィンヤサフローヨガ 笹川	11:25-12:10 ベーシックヨガ 市川	11:00-12:00 LES MILLS DANCE45 MIKA	11:15-12:00 ZUMBA 佐藤広美	11:00-12:00 リラックスヨガ 林綾	10:30-11:15 背骨調整ヨガ Kei	10:45-11:30 ベリーシェイプ Yuka		10:30-14:30 ストレッチタイム
30																				
12:00	12:15-13:00 X55 橋本	12:05-13:05 太極拳 佐藤広美	12:05-12:50 パレトン MIKI	12:30-13:30 リラックスヨガ MINAMI		12:15-12:45 BODYPUMP30 佐藤美香	12:00-13:00 HIP HOP Re-co		12:10-13:10 SALSATION® MIHO	12:10-13:10 川田愛美		12:20-13:05 ZUMBA 大竹 (Catherine)	12:30-13:15 BODYCOMBAT45 市川	13:00-13:45 美尻ヨガ 高橋奈々	12:30-13:15 ユーバウンド45 森	12:30-13:15 らくらくエアロ 守屋	13:00-14:00 骨盤美調整ヨガ Nobuko	12:45-13:30 X55 橋本		
30																				
13:00	13:20-14:05 BODYCOMBAT45 市川	13:25-14:25 ピラティス 高橋奈々	13:45-14:45 BODYBALANCE60 嶋守	14:00-15:00 リラックスヨガ 新田		13:15-14:15 オキシジェノ60 橋本	13:30-14:10 かんたんエアロ40 大竹 (Catherine)		13:30-14:00 BODYCOMBAT30 川田愛美	13:10-14:25 ステップアップ パレエ 豆野	14:00-15:00 深めるヨガ MIKA	13:30-14:15 ユーバウンド45 森	13:35-14:20 Dance love it 大竹 (Catherine)	14:15-15:00 陰ヨガ 高橋奈々	14:00-14:45 ファイドウ45 森	13:30-14:30 卓球 A	13:45-14:45 リラックスヨガ 新田	14:00-15:00 リラックスヨガ 新田		
30																				
14:00	14:30-15:30 バーオソル 佐川	14:45-15:30 ベーシックヨガ 高橋奈々	14:00-15:00 リラックスヨガ 新田	15:00-16:00 ハタヨガビギナー 友奈		15:00-15:45 BAILA BAILA 佐川	14:45-15:45 健康いきいき教室 橋本		14:30-15:15 フリースタイルダンス 佐川	15:00-16:00 ハタヨガベーシック 高橋奈々	15:15-18:30 ストレッチタイム	14:45-15:45 アンチエイジングヨガ 林綾	14:45-15:30 ストレッチボール 橋本	15:15-18:30 ストレッチタイム	15:15-16:15 BODYPUMP60 陸王	15:30-16:30 フローヨガ 友奈	15:15-16:00 アダンスヨガ MIKA	15:30-16:15 過替わりレッスン B	15:00-16:00 アドバンスヨガ MIKA	
30																				
15:00																				
16:00	16:30-17:30 パレエジュニア 【A】 豆野	16:30-17:30 パレエジュニア 【B】 豆野	16:30-17:30 ジュニアHIP HOP 【A】 Re-co	16:30-18:30 ジュニアHIP HOP 【B】 Re-co		16:05-17:05 骨盤リセットヨガ Naomi	16:45-17:45 健康いきいき教室 橋本		16:00-17:00 ジュニア体操教室 (幼児クラス) 大槻和磨	16:00-17:00 ジュニア体操教室 (児童クラス) 大槻和磨	16:00-17:00 ジュニア体操教室 (幼児クラス) 大槻和磨	16:00-17:00 ジュニア体操教室 (児童クラス) 大槻和磨	16:00-17:00 ジュニア体操教室 (幼児クラス) 大槻和磨	16:00-17:00 ジュニア体操教室 (児童クラス) 大槻和磨	16:00-17:00 ジュニア体操教室 (幼児クラス) 大槻和磨	16:00-17:00 ジュニア体操教室 (児童クラス) 大槻和磨	16:00-17:00 ジュニア体操教室 (幼児クラス) 大槻和磨	16:00-17:00 ジュニア体操教室 (児童クラス) 大槻和磨	16:00-17:00 ジュニア体操教室 (幼児クラス) 大槻和磨	16:00-17:00 ジュニア体操教室 (児童クラス) 大槻和磨
30																				
17:00	17:40-19:00 パレエジュニア 【A】 豆野	17:40-19:00 パレエジュニア 【B】 豆野	17:30-18:30 ジュニアHIP HOP 【A】 Re-co	17:30-18:30 ジュニアHIP HOP 【B】 Re-co		18:45-19:30 オリジナルエアロ45 森	18:45-19:30 健康いきいき教室 橋本		18:45-19:30 オリジナルエアロ45 森	18:45-19:30 健康いきいき教室 橋本	18:45-19:30 健康いきいき教室 橋本	18:45-19:30 健康いきいき教室 橋本	18:45-19:30 健康いきいき教室 橋本	18:45-19:30 健康いきいき教室 橋本	18:45-19:30 健康いきいき教室 橋本	18:45-19:30 健康いきいき教室 橋本	18:45-19:30 健康いきいき教室 橋本	18:45-19:30 健康いきいき教室 橋本	18:45-19:30 健康いきいき教室 橋本	18:45-19:30 健康いきいき教室 橋本
30																				
18:00	19:20-20:05 BODYJAM45 川田愛美	19:20-20:05 BODYJAM45 川田愛美	19:15-20:15 SALSATION® Maki	19:15-20:15 SALSATION® Maki		19:30-20:15 LES MILLS DANCE45 伊藤美波	19:30-20:15 LES MILLS DANCE45 伊藤美波		19:30-20:15 LES MILLS DANCE45 伊藤美波	19:30-20:15 LES MILLS DANCE45 伊藤美波	19:30-20:15 LES MILLS DANCE45 伊藤美波	19:30-20:15 LES MILLS DANCE45 伊藤美波	19:30-20:15 LES MILLS DANCE45 伊藤美波	19:30-20:15 LES MILLS DANCE45 伊藤美波	19:30-20:15 LES MILLS DANCE45 伊藤美波	19:30-20:15 LES MILLS DANCE45 伊藤美波	19:30-20:15 LES MILLS DANCE45 伊藤美波	19:30-20:15 LES MILLS DANCE45 伊藤美波	19:30-20:15 LES MILLS DANCE45 伊藤美波	19:30-20:15 LES MILLS DANCE45 伊藤美波
30																				
19:00	20:25-21:10 フリースタイルダンス 佐川	20:30-21:15 BODYCOMBAT45 川田愛美	20:35-21:20 ファイドウ45 森	20:35-21:20 ファイドウ45 森		20:35-21:35 BODYJAM60 伊藤美波	20:40-21:25 ピラティス 高橋奈々		20:35-21:35 BODYJAM60 伊藤美波	20:40-21:25 ピラティス 高橋奈々	20:40-21:25 ピラティス 高橋奈々	20:40-21:25 ピラティス 高橋奈々	20:40-21:25 ピラティス 高橋奈々	20:40-21:25 ピラティス 高橋奈々	20:40-21:25 ピラティス 高橋奈々	20:40-21:25 ピラティス 高橋奈々	20:40-21:25 ピラティス 高橋奈々	20:40-21:25 ピラティス 高橋奈々	20:40-21:25 ピラティス 高橋奈々	20:40-21:25 ピラティス 高橋奈々
30																				
20:00																				
21:00																				
22:00																				
30																				
23:00																				

24時間営業 フロント受付時間 平日 9:00~21:00 土日 9:00~20:00

※祝日に関しましては曜日に準じます。各種お手続きは表記の時間内をお願いいたします。

毎月15日はスタジオプログラムはお休みです

仙台泉

スタジオプログラム

2025年10月

JOYFIT 24

	月	火	水	木	金	土	日
00:00	0:00～1:00 BODY PUMP(60min)	0:00～0:50 RPM(50min) ㊟	0:00～0:45 BODY BALANCE(45min)	0:00～1:00 BODY COMBAT(60min)	0:00～0:45 LES MILLS DANCE(45min)	0:00～1:00 BODY ATTACK(60min)	0:00～0:45 BODY COMBAT(45min)
01:00	1:15～2:05 RPM(50min) ㊟	1:00～1:30 BODY BALANCE(30min)	1:00～1:45 LES MILLS DANCE(45min)	1:15～2:00 BODY ATTACK(45min)	1:00～2:00 BODY PUMP(60min)	1:15～2:00 BODY PUMP(45min)	1:00～2:00 BODY BALANCE(60min)
02:00	2:15～3:15 BODY COMBAT(60min)	1:45～2:30 LES MILLS DANCE(45min)	2:00～2:45 BODY COMBAT(45min)	2:15～3:00 LES MILLS DANCE(45min)	2:15～3:15 BODY COMBAT(60min)	2:15～3:00 BODY COMBAT(45min)	2:15～2:45 SPRINT(30min) ㊟
03:00	3:30～4:15 BODY PUMP(45min)	2:45～3:30 BODY COMBAT(45min)	3:00～4:00 BODY ATTACK(60min)	3:15～4:00 BODY PUMP(45min)	3:30～4:30 BODY BALANCE(60min)	3:15～4:15 BODY BALANCE(60min)	3:00～4:00 BODY PUMP(60min)
04:00	4:30～5:15 BODY BALANCE(45min)	3:45～4:45 BODY ATTACK(60min)	4:15～4:45 BODY PUMP(30min)	4:15～5:00 BODY COMBAT(45min)	4:45～5:45 BODY ATTACK(60min)	4:30～5:15 LES MILLS DANCE(45min)	4:15～5:00 BODY ATTACK(45min)
05:00	5:30～6:30 BODY ATTACK(60min)	5:00～5:30 LES MILLS DANCE(30min)	5:00～5:45 BODY BALANCE(45min)	5:15～6:15 BODY BALANCE(60min)	5:30～6:30 BODY COMBAT(60min)	5:30～6:30 BODY COMBAT(60min)	5:15～6:15 BODY COMBAT(60min)
06:00	6:45～7:15 SPRINT(30min) ㊟	5:45～6:45 BODY PUMP(60min)	6:00～6:50 RPM(50min) ㊟	6:30～07:30 BODY ATTACK(60min)	6:00～6:45 BODY PUMP(45min)	6:45～7:45 BODY PUMP(60min)	6:30～7:15 BODY PUMP(45min)
07:00	7:45～8:45 BODY BALANCE(60min)	7:00～8:00 BODY COMBAT(60min)	7:00～7:45 BODY COMBAT(45min)	7:45～8:45 BODY COMBAT(60min)	7:00～7:50 RPM(50min) ㊟	7:30～8:00 BODY BALANCE(30min)	8:15～9:05 RPM(50min) ㊟
08:00	9:00～9:45 BODY COMBAT(45min)	8:15～8:45 LES MILLS DANCE(30min)	8:00～8:45 BODY ATTACK(45min)	8:00～8:45 BODY COMBAT(45min)	8:00～8:45 BODY COMBAT(45min)	8:00～9:00 BODY ATTACK(60min)	9:15～10:15 BODY BALANCE(60min)
09:00	10:00～10:30 SPRINT(30min) ㊟	9:00～9:45 BODY ATTACK(45min)	9:00～9:30 SPRINT(30min) ㊟	9:00～9:45 LES MILLS DANCE(45min)	9:00～9:45 BODY ATTACK(45min)	9:15～10:15 BODY BALANCE(60min)	9:15～10:15 BODY COMBAT(60min)
10:00	10:45～11:30 LES MILLS DANCE(45min)	10:00～10:45 BODY COMBAT(45min)	10:15～11:15 BODY PUMP(60min)	10:00～10:50 RPM(50min) ㊟	10:00～10:45 BODY PUMP(45min)	10:45～11:45 FUNCHIT(陸王) ★	10:30～11:30 BODY ATTACK(60min)
11:00	11:45～12:45 BODY ATTACK(60min)	11:00～12:00 BODY PUMP(60min)	11:30～12:30 BODY ATTACK(60min)	11:00～12:00 BODY COMBAT(60min)	11:00～11:45 LES MILLS DANCE(45min)	12:00～13:00 BODY PUMP(60min)	11:45～12:15 BODY COMBAT(30min)
12:00	13:00～13:45 BODY PUMP(45min)	12:15～13:00 LES MILLS DANCE(45min)	13:00～13:30 BURNING(市川) ★	12:15～13:00 BODY PUMP(45min)	12:00～13:00 BODY BALANCE(60min)	12:00～13:00 BODY PUMP(60min)	12:30～13:15 LES MILLS DANCE(45min)
13:00	14:00～14:45 BODY BALANCE(45min)	13:15～13:45 BODY ATTACK(30min)	14:00～14:30 RPM(市川) ★	13:15～14:15 BODY BALANCE(60min)	13:15～14:15 BODY COMBAT(60min)	13:15～14:00 BODY ATTACK(45min)	13:45～14:30 RPM(鈴木貴秀) ★
14:00	15:00～16:00 BODY ATTACK(60min)	14:00～15:00 FUNCHIT(陸王) ★	15:00～16:00 BODY BALANCE(60min)	14:30～15:30 BODY ATTACK(60min)	14:30～15:00 SPRINT(30min) ㊟	14:15～15:00 BODY COMBAT(45min)	15:15～16:15 BODY ATTACK(60min)
15:00	16:30～17:30 BODY PUMP(60min)	15:15～16:05 RPM(50min) ㊟	16:00～18:15 FREE TIME	15:45～16:30 LES MILLS DANCE(45min)	15:15～16:00 BODY PUMP(45min)	15:15～16:00 LES MILLS DANCE(45min)	16:30～17:30 BODY COMBAT(60min)
16:00	17:30～18:00 LES MILLS DANCE(45min)	16:30～17:00 BODY BALANCE(30min)		16:45～17:15 BODY PUMP(30min)	16:15～17:00 BODY COMBAT(45min)	16:15～17:00 BODY PUMP(45min)	17:45～18:15 SPRINT(30min) ㊟
17:00	18:00～19:00 BODY COMBAT(60min)	17:15～18:00 LES MILLS DANCE(45min)		17:30～18:00 BODY COMBAT(30min)	17:15～17:45 BODY ATTACK(30min)	17:15～18:05 RPM(50min) ㊟	18:45～19:45 BODY BALANCE(60min)
18:00	19:15～20:05 RPM(50min) ㊟	18:15～19:15 BODY ATTACK(60min)	18:15～19:15 BODY PUMP(60min)	18:15～18:45 SPRINT(30min) ㊟	18:00～19:00 BODY BALANCE(60min) ★	18:30～19:00 BODY ATTACK(30min) ★	20:00～20:30 BODY PUMP(30min)
19:00	20:30～21:15 BODY BALANCE(45min)	19:30～20:30 BODY PUMP(60min)	19:30～20:15 BODY ATTACK(45min)	19:15～20:15 BODY PUMP(60min)	19:15～20:05 RPM(50min) ㊟	19:15～20:15 BODY COMBAT(60min)	20:45～21:30 BODY COMBAT(45min)
20:00	21:30～22:30 BODY ATTACK(60min)	20:45～21:15 SPRINT(30min) ㊟	20:45～21:30 RPM(鈴木貴秀) ★	20:30～21:15 LES MILLS DANCE(45min)	20:30～21:15 BODY ATTACK(45min)	20:30～21:20 RPM(50min) ㊟	21:45～22:30 BODY ATTACK(45min)
21:00	22:45～23:45 BODY COMBAT(60min)	21:30～22:30 BODY COMBAT(60min)	22:00～23:00 BODY COMBAT(60min)	21:30～22:30 BODY COMBAT(60min)	21:30～22:15 LES MILLS DANCE(45min)	21:45～22:30 BODY PUMP(45min) ★	22:45～23:45 BODY PUMP(60min)
22:00		22:45～23:45 BODY ATTACK(60min)	23:15～23:45 BODY BALANCE(30min)	22:45～23:45 BODY ATTACK(60min)	22:30～23:00 BODY PUMP(30min)	22:45～23:45 BODY ATTACK(60min)	
23:00					23:15～23:45 BODY COMBAT(30min)		
00:00							

- ★マークは今月から変更のあったクラスです。
- ★マークは対人レッスンです。開始10分後以降の入場、途中退場はできません。
- 15日はバーチャルレッスン/FREETIMEのみご利用いただけます。

【バーチャルレッスンについて】

- レッスンのナンバーは全てランダムです。
- 開始以降の入場、また途中退場が可能です。
- 契約者様はFREETIMEとしてもご利用いただけます。他のお客様のご迷惑となる行為はご遠慮ください。

バーチャルレッスン 10名

FUNCHIT 8名
BURNING 9名
RPM/SPRINT 10名