

JOYFIT 24 仙台泉

2026年 1月 レッスンプログラム

Web予約QRコード

JOYFIT24仙台泉
会員登録限定
他店舗会員様対象外

Webでご予約可能なレッスンはこのマーク WEB 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

U 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	10:15-11:15 K-POP MOYU	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		10:00-11:00 ヨガ Aki	10:00-10:45 リフレッシュヨガ 三星千明	10:45-11:45 オリジナルエアロ60 嶋守	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		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 Yoga MINAMI	11:30-12:00 Dance love it 大竹 (Catherine)		10:50-11:35 ZUMBA 守屋	11:00-12:00 コアコントロール 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 ヴィンヤサフローヨガ 笹川	11:05-11:50 レスミルズダンス45 市川	11:25-12:10 ベーシックヨガ MIKA	11:00-12:00 ZUMBA 佐藤広美	11:15-12:00 リラクソスヨガ 林綾	10:30-11:15 背骨調整ヨガ Kei	11:00-12:00 リラクソスヨガ 林綾		10:30-11:30 ストレッチタイム Yuka		
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 リラクソスヨガ MINAMI		12:15-12:45 BODYPUMP30 佐藤美香	12:00-13:00 HIP HOP Re-co		12:10-13:10 SALSATION® MIHO	12:20-13:05 ZUMBA 大竹 (Catherine)	13:10-14:25 ステップアップ 川田愛美	12:30-13:15 BODYCOMBAT45 市川	12:30-13:15 ユーバウンド45 森	12:30-13:15 ユーバウンド45 森	12:30-13:15 ユーバウンド45 森	12:30-13:15 ユーバウンド45 森	12:30-13:15 ユーバウンド45 森	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 リラクソスヨガ 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	14:00-15:00 深めるヨガ MIKA	14:30-15:15 フリースタイルダンス 佐川	14:45-15:45 アンチエイジングヨガ 林綾	14:45-15:45 ストレッチポール 橋本	14:45-15:45 ストレッチポール 橋本	14:45-15:45 ストレッチポール 橋本	14:45-15:45 ストレッチポール 橋本	14:45-15:45 ストレッチポール 橋本	14:45-15:45 ストレッチポール 橋本	14:45-15:45 ストレッチポール 橋本	
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	14:45-15:30 ベーシックヨガ 高橋奈々	14:45-15:30 ベーシックヨガ 高橋奈々		14:45-15:45 健康いきいき教室 友奈	15:00-15:45 BAILA BAILA 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 高橋奈々	15:15-18:30 ストレッチタイム 高橋奈々	15:15-18:30 ストレッチタイム 高橋奈々	15:15-18:30 ストレッチタイム 高橋奈々	15:15-18:30 ストレッチタイム 高橋奈々	15:15-18:30 ストレッチタイム 高橋奈々	15:15-18:30 ストレッチタイム 高橋奈々	15:15-18:30 ストレッチタイム 高橋奈々	15:15-18:30 ストレッチタイム 高橋奈々	15:15-18:30 ストレッチタイム 高橋奈々	
15:00																				
16:00																				
30																				
17:00	16:30-17:30 パレエジュニア [A] 豆野		16:30-17:30 ジュニアHIP HOP [A] Re-co			16:05-17:05 骨盤リセットヨガ Naomi														
30																				
18:00	17:40-19:00 パレエジュニア [B] 豆野		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	19:15-20:15 ベアシックヨガ Maki		19:45-20:45 ファイドウ60 橋本	20:15-21:30 ストレッチタイム 高橋奈々	20:15-21:30 ストレッチタイム 高橋奈々	20:15-21:30 ストレッチタイム 高橋奈々	20:15-21:30 ストレッチタイム 高橋奈々	20:15-21:30 ストレッチタイム 高橋奈々	20:15-21:30 ストレッチタイム 高橋奈々	20:15-21:30 ストレッチタイム 高橋奈々	20:15-21:30 ストレッチタイム 高橋奈々	20:15-21:30 ストレッチタイム 高橋奈々	20:15-21:30 ストレッチタイム 高橋奈々	
19:00	19:20-20:05 BODYJAM45 川田愛美	20:15-21:00 コアトレヨガ KUMI	19:45-20:30 BODYATTACK45 陸王	20:35-21:20 ファイドウ45 森		19:30-20:15 LES MILLS DANCE45 伊藤美波	20:15-21:30 ストレッチタイム 高橋奈々		20:50-21:50 HIP HOP Re-co	21:05-21:50 ユーバウンド45 森	21:05-21:50 ユーバウンド45 森	21:05-21:50 ユーバウンド45 森	21:05-21:50 ユーバウンド45 森	21:05-21:50 ユーバウンド45 森	21:05-21:50 ユーバウンド45 森	21:05-21:50 ユーバウンド45 森	21:05-21:50 ユーバウンド45 森	21:05-21:50 ユーバウンド45 森	21:05-21:50 ユーバウンド45 森	
30																				
20:00	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	20:50-21:50 BODYSTEP60 陸王			20:35-21:35 ピラティス 高橋奈々														
30																				
21:00																				
30																				
22:00																				
30																				
23:00																				

24時間営業 フロント受付時間 平日 11:00~21:00 土日 11:00~20:00

※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

2026年1月

JOYFIT 24

日曜 スタジオA 週替わりレッスン

11日
A : BODYCOMBAT60 (佐藤美香)
B : HIIT THE BEAT (佐藤美香)

18日
A : BODYJAM60 (千葉結祐)
B : BODYATTACK45 (千葉結祐)

25日
A : BODYCOMBAT60 (奥田)
B : BODYJAM45 (千葉結祐)

日曜 スタジオB 週替わりレッスン

11日
C : JAZZダンス (MIHO)

18日
C : BAILA BAILA (MIKI)

25日
C : J-POP (MIHO)

	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)	6:00~6:45 BODY PUMP(45min)	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) ㊟	6:30~7:30 BODY ATTACK(60min)	7:00~7:50 RPM(50min) ㊟	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)	8:00~8:45 BODY COMBAT(45min)	8:00~9:00 BODY ATTACK(60min)	7:30~8:00 BODY BALANCE(30min)
08:00	8:15~8:45 LES MILLS DANCE(30min)	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)	8:15~9:05 RPM(50min) ㊟
09:00	9:00~9:45 BODY COMBAT(45min)	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	10:00~10:30 SPRINT(30min) ㊟	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)		10:30~11:30 BODY ATTACK(60min)
11:00	10:45~11:30 LES MILLS DANCE(45min)	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)	10:45~11:45 FUNCHIT(陸王) ★	11:45~12:15 BODY COMBAT(30min)
12:00	11:45~12:45 BODY ATTACK(60min)	12:15~13:00 LES MILLS DANCE(45min)		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	13:00~13:45 BODY PUMP(45min)	13:15~13:45 BODY ATTACK(30min)	13:00~13:30 BURNING(市川) ★	13:15~14:15 BODY BALANCE(60min)	13:15~14:15 BODY COMBAT(60min)	13:15~14:00 BODY ATTACK(45min)	13:45~14:35 RPM(50min) ㊟
14:00	14:00~14:45 BODY BALANCE(45min)	14:00~15:00 FUNCHIT(陸王) ★	14:00~14:30 RPM(市川) ㊟	14:30~15:30 BODY ATTACK(60min)	14:30~15:00 SPRINT(30min) ㊟	14:15~15:00 BODY COMBAT(45min)	
15:00	15:00~16:00 BODY ATTACK(60min)	15:15~16:05 RPM(50min) ㊟	15:00~16:00 BODY BALANCE(60min)	15:45~16:30 LES MILLS DANCE(45min)	15:15~16:00 BODY PUMP(45min)	15:15~16:00 LES MILLS DANCE(45min)	15:15~16:15 BODY ATTACK(60min)
16:00	16:30~17:30 BODY PUMP(60min)	16:30~17:00 BODY BALANCE(30min)	16:00~18:15 FREE TIME	16:45~17:15 BODY PUMP(30min)	16:15~17:00 BODY COMBAT(45min)	16:15~17:00 BODY PUMP(45min)	16:30~17:30 BODY COMBAT(60min)
17:00	17:15~18:00 LES MILLS DANCE(45min)	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) ㊟	17:45~18:15 SPRINT(30min) ㊟
18:00	18:00~19:00 BODY COMBAT(60min)	18:15~19:15 BODY ATTACK(60min)		18:15~18:45 SPRINT(30min) ㊟	18:00~19:00 BODY BALANCE(60min) ★	18:30~19:00 BODY ATTACK(30min) ★	18:45~19:45 BODY BALANCE(60min)
19:00	19:15~20:05 RPM(50min) ㊟	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)	20:00~20:30 BODY PUMP(30min)
20:00	20:30~21:15 BODY BALANCE(45min)	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) ㊟	20:45~21:30 BODY COMBAT(45min)
21:00	21:30~22:30 BODY ATTACK(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) ★	21:45~22:30 BODY ATTACK(45min)
22:00	22:45~23:45 BODY COMBAT(60min)	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)	22:45~23:45 BODY PUMP(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