

2026年 2月 スタジオプログラム

【スタジオ定員】

Aスタジオ：65名

Bスタジオ：28名

各レッスンは開始30分前に整理券配布
※入場は10分前からのご案内となります。



中上級

同ジャンル内では強度・難度ともに低く設定したクラスです。



初心者おすすめ！

初心者の方にも安心してご参加頂けるクラスです。

初心者の方に特にオススメのクラスです。

HOTプログラム

室温 30℃～38℃ 前後
湿度 65%～75% 前後
持ち物
ヨガマット 十分な水分
バスタオル

	2/11(水/祝)建国記念の日		2/23(月/祝)天皇誕生日		月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日		
	STUDIO A	STUDIO B	STUDIO A	STUDIO B	STUDIO A	STUDIO B	STUDIO A	STUDIO B	STUDIO A	STUDIO B	STUDIO A	STUDIO B	STUDIO A	STUDIO B	STUDIO A	STUDIO B	STUDIO A	STUDIO B	
		9:05～9:15 ラジオ体操		9:05～9:15 ラジオ体操		9:05～9:15 ラジオ体操				9:05～9:15 ラジオ体操		9:05～9:15 ラジオ体操							9:00
9:00																			30
30	9:30～10:15 ヨガ 五十嵐		9:30～10:15 ヨガ yuika	9:30～10:30 はじめてバレエ HANABI	9:30～10:15 ヨガ yuika	9:30～10:30 はじめてバレエ HANABI	9:30～10:15 自力整体 片倉	9:45～10:15 やさしいエアロ 宮本 浩子	9:30～10:15 ヨガ 五十嵐		9:30～10:15 ヨガ 中村(真)		9:45～10:30 自力整体 勝田	10:00～10:45 かんたんエアロ 宮本 浩子	9:30～10:30 オリジナルエアロ 梶田 中上級	9:30～10:15 WEB 9:30～10:15 BODYBALANCE™45 加藤	FXのみ実施		10:00
10:00							※スポーツタオル持参						※スポーツタオル持参				10:30～11:30 らんらんエアロ 多田		30
30	10:45～11:30 やさしいエアロ 五十嵐		10:45～11:30 らくらくエアロ 町田		10:45～11:30 らくらくエアロ 町田	11:00～11:30 BODYBALANCE™30 加藤	10:35～11:20 ヨガ 宮本 浩子		10:45～11:30 やさしいエアロ 五十嵐		10:45～11:15 やさしいステップ 中村(晴)	10:45～11:30 HOT美姿勢ヨガ 柴崎	11:00～11:45 ヨガ YUKKY		10:55～11:40 リラックスヨガ 湯汲	10:55～11:25 やさしいステップ 梶田			30
11:00																			11:00
30	入場 11:45～																		30
12:00	12:00～13:00 KIDS発表会		12:00～13:00 BODYBALANCE™ 加藤		12:00～12:30 BODYCOMBAT™30 加藤	12:00～12:30 やさしいステップ 瀬戸 梢	12:00～12:30 やさしいステップ 土居		12:00～12:45 WEB 12:00～12:45 BODYPUMP™45 入海	12:15～12:45 やさしいステップ 中西	11:45～12:30 らくらくエアロ 中村(晴)		12:15～13:00 WEB 12:15～13:00 BODYCOMBAT™45 YUKKY		12:00～12:30 やさしいエアロ 湯汲	12:00～12:45 オリジナルエアロ 土居 中上級	11:45～12:30 HOTリンパヨガ 多田		12:00
30																			30
13:00		13:15～14:00 リラックスヨガ 柴崎	13:30～14:30 BODYCOMBAT™ 加藤		13:00～13:45 ZUMBA 瀬戸 梢	13:00～13:45 すっきりヨガ 八川	12:45～13:30 らくらくエアロ 土居	2/10よりスタート! NEW!!	13:15～14:00 らくらくエアロ 中西	13:15～14:00 リラックスヨガ 柴崎	13:00～13:45 BODYATTACK™45 瀬口		13:30～14:15 時間変更 簡単Enjoy☆ダンス 八川	13:00～13:45 ヨガ 星本	13:00～13:45 JOYFIT正会員のみ 13:15～14:15 JOYFIT正会員のみ HOTヨガ 柴崎	13:10～13:55 WEB 13:10～13:55 BODYPUMP™45 入海			13:00
30	13:30～14:30 KIDS 飛心会空手 徳富					14:00～15:00 有料ストリートダンス 八川 2/2・2/16のみ実施	14:00～15:00 ストリートダンス OKKUN							14:30～15:00 時間変更 シェイプBODY 八川	14:30～15:00 ※スポーツタオル持参 GENKI	14:20～15:20 WEB 14:20～15:20 BODYCOMBAT™ 加藤	14:15～15:00 アクティブヨガ 林		30
14:00		14:30～15:15 HOTヨガ 柴崎							14:30～15:30 WEB 14:30～15:30 BODYJAM™ YUKKY	14:30～15:15 HOTヨガ 柴崎	14:15～15:00 ZUMBA 橋本		14:45～15:30 NEW!! フラダンス Aki						14:00
30			15:15～16:00 太極拳 三宅	15:30～17:30	15:15～16:00 太極拳 三宅	15:30～17:30	15:30～16:30 RITMOS 増田				15:30～16:15 社交ダンス 山本	15:50～16:35 (幼児クラス) KIDS DANCE はるお		15:30～17:30 卓球	15:30～17:00 卓球	15:45～16:45 ヨガ 林	15:30～16:15 Free Style Hip Hop YUUKI	30	
16:00	16:00～16:45 BODYCOMBAT™45 空閑	16:15～18:15		卓球		卓球				15:40～16:40 KIDS(3～6歳) 飛心会空手 徳富					16:00～16:45 時間変更 BODYPUMP™45 瀬口	16:00～16:45 卓球		16:00	
30				フリー利用		フリー利用										フリー利用			30
17:00	17:00～17:45 BODYPUMP™45 瀬口							17:15～18:15 KIDSモダンダンスバレエ 河合	16:40～17:40 KIDS(小学生) 飛心会空手 徳富	17:00～18:00 卓球		16:35～17:35 (小学生1～4年) KIDS DANCE はるお			17:15～18:00 時間変更 BODYATTACK™45 空閑			17:00	
30										フリー利用		17:35～18:35 (小学生4～6年) KIDS DANCE はるお						30	
18:00	18:15～19:00 ヨガ 林											18:35～19:35 (中学生～) KIDS DANCE はるお						18:00	
30			18:50～19:50 WEB 18:50～19:50 BODYPUMP™ 入海				18:50～19:35 らくらくエアロ GENKI		19:15～19:45 19:15～19:45 BODYCOMBAT™30 空閑				19:00～19:45 RITMOS 45 増田	19:00～20:00 クラシックバレエ 松尾				19:00	
19:00	19:30～20:15 らくらくステップ 中村(晴)				19:50～20:50 WEB 19:50～20:50 BODYPUMP™ 空閑		19:55～20:40 JOYFIT正会員のみ 19:55～20:40 背骨コンディショニング GENKI		20:15～21:00 WEB 20:15～21:00 BODYPUMP™45 瀬口	19:55～20:55 WEB 19:55～20:55 BODYBALANCE™ 加藤	20:00～21:00 ストリートダンス はるお		20:10～21:10 WEB 20:10～21:10 BODYCOMBAT™ 空閑					20:00	
30	20:30～21:15 ZUMBA 中村(晴)		20:15～21:15 WEB 20:15～21:15 BODYCOMBAT™ 伊藤のりすけ																30
21:00					21:15～22:15 WEB 21:15～22:15 BODYCOMBAT™ 伊藤のりすけ	21:30～22:15 かんたんストリートジャズ MIYUKI	21:10～22:10 WEB 21:10～22:10 BODYATTACK™ 瀬口		21:30～22:15 ZUMBA 中村(晴)		21:15～22:15 WEB 21:15～22:15 BODYJAM™ MIYU		21:30～22:30 WEB 21:30～22:30 BODYATTACK™ 松本					21:00	
30																			30
22:00	【CLOSE】 22:00 フロント 18:00まで ジム利用 21:45まで		【CLOSE】 22:00 フロント 18:00まで ジム利用 21:45まで												【CLOSE】 22:00 フロント 18:00まで ジム利用 21:45まで				22:00
30																			30
23:00																			23:00
30																			30

～スタジオレッスン予約～

予約は2種類！

- ①有料チケット予約
5枚つづり1,000円(税込)
- ②通常予約 (有料と併用OK)

予約対象レッスン

- ①有料チケット予約
すべてのレッスンが対象
- ②通常予約：マーク付き

WEB
予約

レッスン予約
WEBサイト
QRコード↓



D-Revolutions

ジョイフィット摂津富田

RITMOS
Special Lesson

2026年2月15日(sun)

優美IR 復帰イベント!!

レギュラーレッスンは3月～を予定しております。

reserve

ジョイフィット
摂津富田会員様

1月5日(月) 10時00分-

ピジター様

1月10日(土) 10時00分-

※入場：申し込み順。1day優先入場

毎月15日は休館日です。

内容につきましては予告なく変更、代行、休講の可能性がございます。

【フロント受付時間】
平日 9:00～15:00 / 18:00～22:00
土 曜 9:00～20:00
日・祝 9:00～18:00
【ジム利用】 23:45まで ※退館 24:00厳守

スポーツ
クラブ

JOY
FIT