

JOYFIT摂津富田
20周年特別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。

初心者の方はご参加いただけません。



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

	9/19(土)		9/20(日)		9/21(月/祝) 敬老の日		9/22(火/祝) 国民の休日		9/23(水/祝) 秋分の日		
	STUDIO A	STUDIO B	STUDIO A	STUDIO B	STUDIO A	STUDIO B	STUDIO A	STUDIO B	STUDIO A	STUDIO B	
9:00											9:00
30											30
10:00	9:30～10:30 オリジナルエアロ 梶田 中上級				9:30～10:15 ヨガ 山川	9:30～10:30 はじめてバレエ HANABI	9:30～10:15 自力整体 片倉 ※スポーツタオル持参	9:45～10:15 やさしいエアロ 宮本 浩子	9:30～10:15 BODYBALANCE™45 山川 FX		10:00
30											30
11:00	10:55～11:40 リラク্সヨガ 湯汲	10:55～11:25 やさしいステップ 梶田	10:30～11:30 らんらんエアロ 多田		10:45～11:30 らくらくエアロ 町田		10:35～11:20 ヨガ 宮本 浩子		10:40～11:25 BODYPUMP™45 山川		11:00
30											30
12:00	12:00～12:30 やさしいエアロ 湯汲			11:45～12:30 ピラティス YUUKI	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		11:45～12:15 やさしいステップ 中西		12:00
30											30
13:00	JOYFIT正会員のみ 13:15～14:15 WEB予約 背骨コンディショニング GENKI ※スポーツタオル持参	13:00～13:45 HOTヨガ 柴崎	13:00～13:45 WEB予約 BODYBALANCE™45 加藤 FX	12:45～13:30 Free Style Hip Hop YUUKI	13:00～13:45 ZUMBA® 瀬戸 梢		12:45～13:30 らくらくエアロ 土居		12:30～13:15 らくらくエアロ 中西		13:00
30											30
14:00						14:00～14:45 WEB予約 太極拳 三宅	14:00～14:45 WEB予約 フラダンス HIROKO	14:15～15:00 WEB予約 RITMOS® 優美	13:45～14:45 WEB予約 BODYJAM™ YUKKY&瀬口	13:15～14:00 リラク্সヨガ 柴崎	14:00
30											30
15:00	15:00～16:00 BODYJAM™ わっしょい瀬口										15:00
30											30
16:00		15:30～17:00 卓球	15:45～16:45 ヨガ 林		15:45～16:45 WEB予約 BODYPUMP™ team JOYFIT	15:30～18:30 卓球	15:30～16:30 WEB予約 【有料】RITMOS NEWリリースイベント 優美		15:15～16:15 WEB予約 BODYCOMBAT™ 空閑	15:40～16:40 KIDS(3～6歳) 飛心会空手 徳富	16:00
30											30
17:00	16:30～17:30 BODYPUMP™ どっこい瀬口	フリー利用							16:40～17:40 KIDS(小学生) 飛心会空手 徳富	17:00～18:00 卓球 フリー利用	17:00
30											30
18:00	18:00～19:00 BODYATTACK™ ファイヤー空閑				17:15～18:15 WEB予約 BODYATTACK™ team JOYFIT		17:50～18:35 らくらくエアロ GENKI	17:15～18:15 KIDSモダンダンスバレエ 河合	18:15～19:00 ヨガ 林		18:00
30											30
19:00					18:45～19:45 WEB予約 BODYCOMBAT™ team JOYFIT		18:55～19:40 JOYFIT正会員のみ WEB予約 背骨コンディショニング GENKI ※スポーツタオル持参			19:00～入場開始	19:00
30											30
20:00					20:15～21:15 WEB予約 BODYBALANCE™ team JOYFIT		20:10～21:10 WEB予約 BODYATTACK™ 瀬口		19:30～20:15 らくらくステップ 中村(晴)	19:15～20:45 WEB予約 HIITトレーニング2nd 加藤&瀬口	20:00
30											30
21:00									20:30～21:15 ZUMBA® 中村(晴)		21:00
30											30
22:00											22:00
30											30
23:00											23:00
30											30

9/21(月)～9/27(日)

通常予約は第5希望まで
ご選択いただけます!!

【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

【CLOSE】 22:00

フロント 18:00まで
ジム利用 21:45まで

～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



レッスン予約
WEBサイト
QRコード↓



20周年特別イベント

RITMOS®
New Release #89

9月22日(火)

15:30～16:30

予約期間

9/1(火)～9/14(月)

予約サイト



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。

スポーツ
クラブ

JOY
FIT®