

JOYFIT 24 新発田 スタジオスケジュール

GW

LINE公式アカウント



Instagram



最新のスケジュール・代行・休講はLINEで！

最新情報はInstagramで！

4/30(木)			5/1(金)			5/2(土)			5/3(日)			5/4(月)			5/5(火)			5/6(水)																										
メインスタジオ	ホットスタジオ	VRスタジオ	メインスタジオ	ホットスタジオ	VRスタジオ	メインスタジオ	ホットスタジオ	VRスタジオ	メインスタジオ	ホットスタジオ	VRスタジオ	メインスタジオ	ホットスタジオ	VRスタジオ	メインスタジオ	ホットスタジオ	VRスタジオ	メインスタジオ	ホットスタジオ	VRスタジオ																								
臨時休館日																					9:00-9:30																							
																					9:30-10:00																							
																					10:00-10:30																							
																					10:30-11:00																							
																					11:00-11:30																							
																					11:30-12:00																							
																					12:00-12:30																							
																					12:30-13:00																							
																					13:00-13:30																							
																					13:30-14:00																							
																					14:00-14:30																							
																					14:30-15:00																							
																					15:00-15:30																							
																					15:30-16:00																							
																					16:00-16:30																							
																					16:30-17:00																							
																					17:00-17:30																							
																					17:30-18:00																							
																					18:00-18:30																							
																					18:30-19:00																							
																					19:00-19:30																							
																					19:30-20:00																							
20:00-20:30																																												
20:30-21:00																																												
21:00-21:30																																												
21:30-22:00																																												

【VRスタジオについて】24時間利用可能。タイムスケジュールはホームページまたは館内掲示をご確認ください。

注意事項

※ホットスタジオのプログラムと定員制のプログラムには「整理券」が必要です。詳細はフロントにお問い合わせください。
 ※プログラム開始後の途中入場や退場は、インストラクターの指示が無い限り、お断りしております。
 ※プログラム終了後は清掃のため、速やかにご退場ください。使用した器具はもとの位置へお戻しください。

種類	エアロピクス	ヨガピラティス	ダンス
	健康づくり	店長のオススメ	こども教室
	イベント	フリータイム	有料クラス

運動目安

初心者向け 脂肪燃焼向け

※個人差がございますので目安としてください。

ご家族様限定 同伴体験利用 無料

スタジオプログラムに一部対象外のレッスンはございます。

月	火	水	木	金	土	日
0:00-0:30 LESMILLS DANCE	0:00-0:45 THE TRIP	0:00-0:30 BODY COMBAT	0:00-0:30 BODY BALANCE	0:00-0:30 BODY PUMP	0:00-0:45 THE TRIP	0:00-0:30 BODY ATTACK
0:45-1:15 BODY PUMP	1:00-1:50 RPM	0:45-1:15 LESMILLS DANCE	0:45-1:15 BODY ATTACK	0:45-1:15 LESMILLS CORE	1:00-1:50 RPM	0:45-1:15 BODY BALANCE
1:30-2:00 LESMILLS CORE	2:00-2:30 SPRINT	1:30-2:00 BODY PUMP	1:30-2:00 LESMILLS DANCE	1:30-2:00 BODY COMBAT	2:00-2:30 SPRINT	1:30-2:00 LESMILLS CORE
2:15-2:45 BODY COMBAT	2:45-3:15 RPM	2:15-2:45 LESMILLS CORE	2:15-2:45 BODY PUMP	2:15-2:45 BODY BALANCE	2:45-3:15 RPM	2:15-2:45 LESMILLS DANCE
3:00-3:30 BODY BALANCE	3:30-4:00 SPRINT	3:00-3:30 BODY COMBAT	3:00-3:30 LESMILLS CORE	3:00-3:30 LESMILLS DANCE	3:30-4:00 SPRINT	3:00-3:30 BODY PUMP
3:45-4:15 LESMILLS DANCE	4:15-5:05 RPM	3:45-4:15 BODY ATTACK	3:45-4:15 BODY COMBAT	3:45-4:15 BODY COMBAT	4:15-5:05 RPM	3:45-4:15 BODY COMBAT
4:30-5:00 BODY PUMP	5:15-5:45 SPRINT	4:30-5:00 LESMILLS DANCE	4:30-5:00 BODY BALANCE	4:30-5:00 BODY PUMP	5:15-5:45 SPRINT	4:30-5:00 LESMILLS CORE
5:15-5:45 LESMILLS CORE	6:00-6:45 THE TRIP	5:15-6:45 BODY PUMP	5:15-5:45 LESMILLS DANCE	5:15-6:15 BODY ATTACK	6:00-6:45 THE TRIP	5:15-6:00 LESMILLS DANCE
6:00-6:30 BODY COMBAT	6:45-7:15 RPM	6:00-6:30 LESMILLS CORE	6:00-6:30 BODY COMBAT	6:00-6:30 BODY BALANCE	6:45-7:15 RPM	6:15-7:00 BODY BALANCE
6:45-7:15 BODY BALANCE	7:00-7:50 RPM	6:45-7:15 BODY COMBAT	6:45-7:15 BODY PUMP	6:45-7:15 LESMILLS DANCE	7:00-7:50 RPM	7:15-8:00 BODY PUMP
7:30-8:00 BODY ATTACK	8:00-8:45 THE TRIP	7:30-8:00 BODY BALANCE	7:45-8:15 LESMILLS DANCE	7:30-8:00 GRIT CARDIO	8:00-8:45 THE TRIP	8:15-8:45 GRIT STRENGTH
8:15-9:00 BODY COMBAT	9:15-10:00 RPM	8:15-9:00 BODY PUMP	8:30-9:00 GRIT STRENGTH	8:15-9:00 LESMILLS CORE	9:00-9:50 RPM	9:00-9:45 BODY COMBAT
9:15-9:45 LESMILLS DANCE	10:00-10:30 BODY PUMP	9:15-9:45 LESMILLS CORE	9:15-10:00 BODY BALANCE	9:15-9:45 BODY PUMP	10:00-10:45 THE TRIP	10:00-10:45 LESMILLS DANCE
10:00-10:30 BODY PUMP	10:15-10:45 SPRINT	8:15-9:00 BODY COMBAT	10:15-11:00 BODY PUMP	10:00-10:45 BODY BALANCE	11:00-11:45 RPM	11:00-11:45 LESMILLS CORE
10:45-11:15 LESMILLS CORE	11:00-11:45 THE TRIP	10:45-11:15 LESMILLS DANCE	11:15-12:45 BODY ATTACK	11:00-11:45 BODY COMBAT	12:00-12:45 THE TRIP	12:00-12:30 BODY PUMP
11:30-12:00 BODY COMBAT	12:00-12:50 RPM	11:30-12:00 BODY BALANCE	12:00-12:45 BODY COMBAT	12:00-12:45 LESMILLS DANCE	12:45-13:15 BODY BALANCE	13:30-14:00 BODY ATTACK
12:15-12:45 LESMILLS DANCE	13:00-13:45 THE TRIP	12:15-12:45 BODY PUMP	13:00-13:45 LESMILLS CORE	13:00-13:30 BODY ATTACK	13:00-13:30 SPRINT	14:15-15:00 LESMILLS CORE
13:00-13:30 LESMILLS CORE	14:00-14:30 RPM	13:00-13:45 LESMILLS CORE	13:00-13:45 LESMILLS CORE	13:45-14:15 BODY PUMP	14:30-15:15 BODY COMBAT	15:15-16:00 BODY COMBAT
13:45-14:15 BODY PUMP	14:45-15:15 SPRINT	14:00-14:45 BODY COMBAT	14:00-14:30 BODY PUMP	14:30-15:00 LESMILLS CORE	15:30-16:15 BODY BALANCE	16:15-16:45 GRIT CARDIO
14:30-15:00 BODY COMBAT	15:30-16:15 THE TRIP	15:00-15:45 BODY PUMP	14:45-15:15 BODY COMBAT	15:15-15:45 LESMILLS DANCE	16:00-16:30 BODY COMBAT	17:00-17:30 GRIT STRENGTH
15:15-15:45 BODY BALANCE	16:30-17:00 RPM	16:00-16:30 LESMILLS DANCE	15:30-16:15 BODY BALANCE	16:00-16:30 BODY COMBAT	16:30-17:00 BODY PUMP	17:45-18:30 BODY ATTACK
16:00-16:45 LESMILLS DANCE	17:15-17:45 SPRINT	16:45-17:15 LESMILLS CORE	16:30-17:15 LESMILLS DANCE	16:45-17:15 BODY PUMP	17:15-17:45 LESMILLS CORE	18:45-19:30 LESMILLS DANCE
17:00-17:45 BODY ATTACK	18:00-18:45 THE TRIP	17:30-18:00 BODY BALANCE	17:30-18:15 BODY COMBAT	17:30-18:00 LESMILLS CORE	18:00-18:45 LESMILLS DANCE	19:45-20:30 BODY COMBAT
18:15-18:45 LESMILLS CORE	18:15-18:45 BODY ATTACK	18:15-18:45 BODY PUMP	18:30-19:00 LESMILLS CORE	18:15-18:45 LESMILLS DANCE	19:00-19:45 BODY PUMP	20:45-21:15 BODY PUMP
19:00-19:30 BODY COMBAT	20:45-21:15 LESMILLS DANCE	19:00-19:30 BODY COMBAT	19:15-20:00 LESMILLS DANCE	19:00-19:45 LESMILLS CORE	20:00-20:45 BODY COMBAT	21:30-22:15 BODY ATTACK
19:45-20:15 LESMILLS DANCE	21:30-22:00 GRIT STRENGTH	18:45-20:15 LESMILLS CORE	20:15-20:45 GRIT CARDIO	20:00-20:30 BODY ATTACK	21:00-21:30 BODY BALANCE	22:30-23:00 BODY BALANCE
20:00-20:30 BODY COMBAT	22:15-23:00 BODY BALANCE	20:30-21:00 BODY PUMP	21:00-21:45 BODY ATTACK	20:45-21:15 BODY COMBAT	21:45-22:15 LESMILLS CORE	23:15-23:45 RPM
21:00-21:30 BODY BALANCE	23:00-23:45 BODY COMBAT	21:15-22:00 BODY BALANCE	23:00-23:45 BODY BALANCE	23:00-23:45 BODY BALANCE	22:30-23:00 GRIT CARDIO	23:15-23:45 LESMILLS DANCE
21:45-22:15 RPM	23:15-23:45 BODY PUMP	22:15-22:45 GRIT CARDIO	22:00-22:45 LESMILLS CORE	23:15-23:45 RPM	23:15-23:45 LESMILLS DANCE	23:15-23:45 LESMILLS CORE
22:30-23:00 SPRINT		23:00-23:45 BODY COMBAT				
23:15-23:45 RPM						

注意

※スタジオプログラムは、回線状況により中止もしくは変更する場合がございますのでご了承ください。
 ※プログラム開始後の途中退場は、スタジオ内で運動中のお客様の安全のためお断りいたします。
 ※遊具を使用するクラスは定員を設けております。
 ※VRスタジオをご利用の際は入り口に設置している【チェックシート】にご記入の上、会員証タッチまたはQRコードでの入場を読み込んでいただきますようお願いいたします。