

JOYFIT 24 LITE 新発田 特別スタジオスケジュール

SW



最新のスケジュール・代行・休講はLINEで！

最新情報はInstagramで！

9/18 (金)				9/19 (土)				9/20 (日)				9/21 (月)				9/22 (火)				9/23 (水)				9/24 (木)						
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		
9:00					9:00-9:50 RPM 50 🔥				9:00-9:45 BODY COMBAT 45				9:15-9:45 LESMILLS DANCE 30		9:15-10:05 RPM 50 🔥		9:15-9:45 LESMILLS CORE 30 🔪													
																													10:00	
11:00			11:00-11:50 RPM 50 🔥		11:00-18:00 ナノフィール ホットスタジオ フリータイム (ホット会員限定)		11:00-11:45 はじめてエアロ 山崎 🌿		11:15-12:05 ZUMBA 未来		11:30-12:00 BODY COMBAT 30		11:00-11:45 THE TRIP 45		11:15-12:00 イージーDO ダンス 楠見 🌿		11:30-12:00 BODY BALANCE 30 🔪													
																													12:00	
13:00			13:15-14:05 SPRINT 30 🔥		13:15-14:05 ビューティー ヨガ yuri		14:00-15:00 BODY PUMP 60 細川・大塚		13:45-14:35 ベーシックヨガ yuri 🌿		13:00-13:30 LESMILLS CORE 30 🔪 13:45-14:15 BODY PUMP 30 🚲		14:00-14:40 骨盤ヨガ mika 🌿		14:00-14:30 RPM 30 🔥		13:35-14:25 ボールDEリセット &ピラティス 宮嶋 定員 20名		14:00-14:45 LESMILLS CORE 45 🔪											
																													14:00	
15:00			15:30-16:15 BODY BALANCE 45 🔪		15:45-16:35 美ボディコア エクササイズ 木村		15:30-16:15 lesmills PILATES 45 細川・UNO・水野		16:00-16:45 BODY COMBAT 45		16:00-16:45 LESMILLS DANCE 45		16:00-18:00 ナノフィール ホットスタジオ フリータイム (ホット会員限定)		16:00-18:00 BODY JAM 60 仁木・古城		16:30-17:00 RPM 30 🔥		16:00-18:00 ナノフィール ホットスタジオ フリータイム (ホット会員限定)		16:00-16:30 LESMILLS DANCE 30		16:45-17:15 LESMILLS CORE 30 🔪							
																													16:00	
17:00			17:15-18:15 キッズスクール ダンス 幼児〜小6 ※新入生募集中 スタジオRoots		18:05-18:55 音りで深める ムーンヨガ Satomi		18:00-18:45 LESMILLS DANCE 45		18:30-19:15 BODY PUMP 45 🚲		18:15-18:45 BODY BALANCE 30		18:00-18:30 RPM 30		18:15-18:45 BODY ATTACK 30 🔪															
																													18:00	
19:00			20:00-20:45 BODY COMBAT 45		20:15-21:00 BODY COMBAT 45 駒田・古城		20:20-21:10 ハタヨガ RYO		20:15-21:00 BODY COMBAT 45 駒田・古城		20:30-21:00 GRIT CARDIO 30		20:15-21:05 夜ヨガ RYO		20:30-21:00 BODY PUMP 30 🚲															
																													20:00	
21:00																														
																													22:00	

通常営業

通常営業

【VRスタジオについて】24H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。

FREE

ホットスタジオレッスン

SW限定「無料体験」開催中！

「FREE」マークが ついたレッスンは

無料体験できます！