

祝日プログラム
 2024年4月29日(月)
 24時間営業(スタッフ常駐時間 9:00~17:00)

	スタジオ
9:15	
9:30	
9:45	9:30~10:00 おはようエアロ 高垣
10:00	
10:15	
10:30	10:15~11:00 らくらくラテンエアロ 高垣
10:45	
11:00	
11:15	
11:30	11:15~12:00 ストレッチヨガ 橋本
11:45	
12:00	
12:15	
12:30	12:15~13:00 ビューティーパールヴィス 橋本
12:45	
13:00	
13:15	引退レッスン!
13:30	13:15~14:15 GROUP-CENTERGY60 堀江
13:45	
14:00	
14:15	
14:30	約11年間お疲れ様でした!
14:45	14:45~15:45 GROUP-FIGHT60 堀江
15:00	
15:15	
15:30	
15:45	
16:00	  <p>堀江インストラクターが 2024年4月29日をもって JOYFIT鈴鹿店を退職されます。 これまで約11年間、GROUP-FIGHT、 GROUP-CENTERGYのインストラクターとして スタジオを大いに盛り上げて下さいました。 そんな堀江インストラクターの集大成として 特別引退レッスンをを行いますので みなさま是非!ご参加下さいませ!</p>
16:15	
16:30	
16:45	
17:00	
17:15	
17:30	

【2024 ゴールデンウィーク営業日 スタジオプログラムののご案内】

5月3日(金)・4日(土)・5日(日)・6日(月)の4日間はゴールデンウィーク営業日の為
 スタッフの常駐時間を【朝9時から夕方5時】とさせていただきます。予めご了承下さい。

	5月3日	5月4日	5月5日	5月6日
	金曜日	土曜日	日曜日	月曜日
9:00				
9:15				
9:30				
9:45				9:30~10:00 おはようエアロ 高垣
10:00		9:30~10:30 'Jトモス MAYUMI	9:30~10:15 ピラティス 浦野◆	
10:15				
10:30	10:15~11:00 ZUMBA 森本			10:15~11:00 らくらくラテンエアロ 高垣
10:45			10:30~11:15 らくらくエアロ 浦野◆	
11:00		10:45~11:30 GROUP-CENTERGY45 HISAKO		
11:15				
11:30	11:15~12:00 腸&リンパ美人エクササイズ 森本			
11:45			11:30~12:15 GROUP-GROOVE45 酒井	
12:00		11:45~12:30 ステップ 川上		
12:15				
12:30	12:15~13:15 アンチエイジングヨガ Ryoma◆			12:15~13:00 GROUP-FIGHT45 奥山◆
12:45			12:30~13:15 GROUP-FIGHT45 奥山◆	
13:00		12:45~13:45 ブリリアエアロ 川上		
13:15				
13:30			13:30~14:00 ヨガ入門 HISAMI	13:15~14:00 ストレッチヨガ 橋本
13:45	13:30~14:15 GROUP-CENTERGY45 HISAKO			
14:00				
14:15		14:00~14:45 GROUP-FIGHT45 平井		
14:30				14:15~15:00 ビューティーベルヴィス 橋本
14:45			14:15~15:15 ハタヨガ HISAMI	
15:00				
15:15				
15:30				
15:45				
16:00				
16:15				

定員30名