

11/30 (日) まで先着 30 名様 /

ホットな冬を迎えるための準備!!

11月CAMPAIGN

入会金

登録事務
手数料

あんしん
サポート
VIP2カ月分

通常2,000円
(税込2,200円)

通常3,000円
(税込3,300円)

通常月額 750円
(税込825円)

0円

●キャンペーン特典の適用は6ヶ月以上の継続及びあんしんサポートVIPへの6ヶ月以上のご加入を条件とさせていただきます。満6カ月前まで解約される場合は、適用金5,000円(税込5,500円)が発生致します。●あんしんサポートVIPは通常月額750円(税込825円)が、施設利用の月会費とは別途がかかります。●詳しくはお問い合わせください。

選べるオプション (いずれか1つ)

・水素水

通常月額1,000円 (税込1,100円)

・水素水&プロテイン1日6杯

通常月額3,000円 (税込3,300円)

1カ月分の料金で

2カ月間

ご利用可能!!

笑顔が日常を
アップデートする

24時間ジムでも、スタジオでも、みんなで楽しいスポーツクラブ。

JOYFIT 24 高松

インターネットで入会予約! ジョイフィット24高松



休日は家でずっと寝ていも
突如とずばんな私 (20代)

仕事と買い物の外に出ない。
お食事をかきずけに体型維持したい。

動きたくない
継続したい!

最近少しづつ体重が増えてきた。

ゆめがちな私でいい! ゆる〜と楽しく体型キープ

週1回仕事を早く終わった日だけ
サッと30分。好きな音楽を
聴きながら歩くだけ。

気が向いた土日はスタジオ
レッスンでヨガに違い、
軽く汗をかく。

手軽に
トレーニングを
したい方

JOYFITで
ゆる活
はじめませんか?

長続き
しない方

面倒くさい
方

JOYFITに通うのは、
本格的にからだを鍛えたい方ではありません!
低価格で施設豊富だからこそ
誰でもゆる〜い気持ちで続けることができるんです。

眠れてモチベーション
デスクワークばかりで
お腹まわりが気にならぬ私 (30代)

仕事で忙しく、
毎週決まった時間に通うことが難しい。

筋肉もそうだが
ボディも鍛えたい。

あわよくば筋トレを続けて
胸板を厚くしてモチベーション

ゆる〜と続けて、モチベーションを目標しましょう!

夜でも通えるから、
スキマ時間に10分だけでも
トレーニング!

気分がのらないし、
疲れているから今週はお休み...
続けていくには
休みも大事!



ランニングマシン、バイク、アセンドトレーナーなど多様な有酸素マシンをラインナップ。運動不足解消やダイエットなど様々な効果が期待できます。



全身の各部位を鍛えることのできるマシンを幅広くラインナップ。台数も豊富なので、待たずにいつでも思う存分トレーニングができます。



カッコいいカラダにこだわりたい方へ、バーラック・ベンチ・スミスマシン完備。バリエーション豊かなトレーニングができます。



人気のレスミルズ、格闘技系からダンス系、ヨガ系も、初心者から上級者まで、どなたでもお楽しみいただけます。



広々としたスペースで、のびのびストレッチ、体幹、インナーマッスルなどを鍛えるトレーニングも可能です。



運動後の汗を心地よく流せるお風呂でリラックス&デトックス! 心ゆくまでごゆっくりとお過ごしください。



「できない」を「できる」に変える!
「苦手」を「得意」へ!

キッズ体操教室
はじめました!

マット運動 跳び箱 鉄棒 体力向上

運動が苦手、運動に自信がない。
そんなお子様を助けます!

子どもの時期は運動能力がアップする時期。
楽しく身体を動かしながら、柔軟性・バランス力・
コミュニケーション能力など、
身体機能の成長が期待できます!
子どもの成長をサポートします!

左: じゅん先生
右: はるき先生

JOYFIT 24 高松

住所/香川県高松市上天神町510番地1 営業時間/24時間営業
スタッフ常駐時間/8:30~23:30 ※温浴施設ご利用時間/6:00~23:30
入会手続受付時間/9:00~21:00

TEL 087-867-3636

お問い合わせはWEBにて受付中
ジョイフィット24 高松

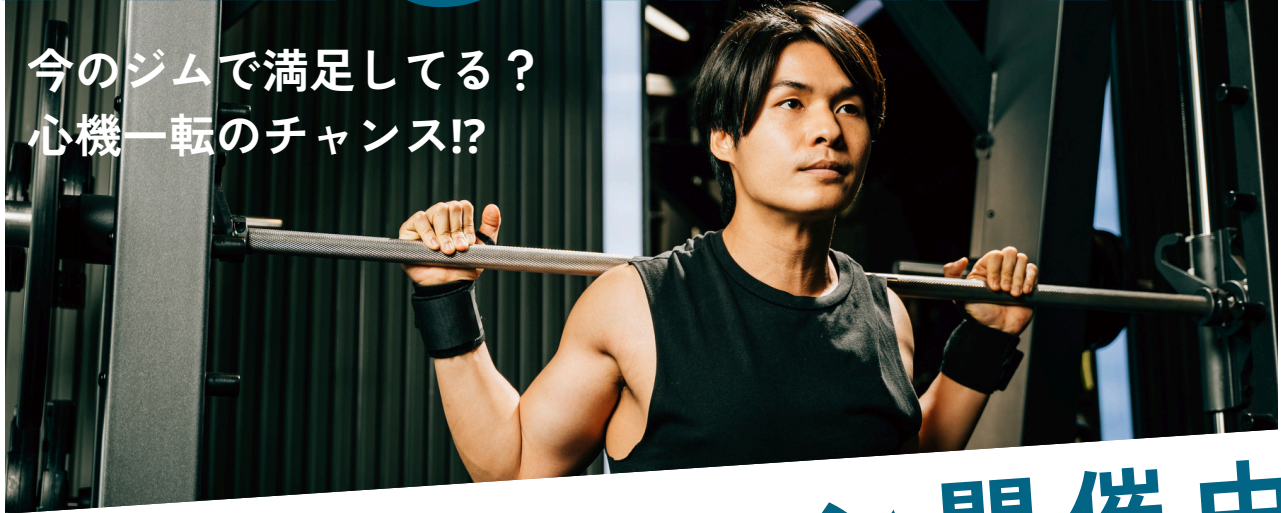
検索

無料駐車場
250台完備
無料駐輪場約30台完備
お風呂完備



RESTART

今のジムで満足してる？
心機一転のチャンス!?



乗換キャンペーン開催中!!



／ 期 間 ／
11月1日(土)
～
11月30日(日)

他クラブの在籍証明書があれば特別割引

初期手数料
5,000円
(税込5,500円)

11月・12月月会費
通常 **6,800円**
(税込7,480円)

あんしんサポート
VIP 2カ月分
通常 **750円**
(税込825円)

0円

／さらに／

水素水
通常 **1,000円**
(税込1,080円)

or

水素水&プロテイン1日6杯
通常 **3,000円**
(税込3,240円)

1カ月分の料金で
2カ月
利用可能!!

／ご入会に悩んでいるならまずは1日体験/
他店舗の在籍証明書をお持ちいただけたら
JOYFIT高松を1日利用可能!!
ジムもスタジオもお風呂も使える!!

※1日体験はスタッフ常駐時間内(9:00～23:30まで)に限りです。
※JOYFIT高松の利用経験のある方はご利用いただけません。

●キャンペーン特典の適用は満6か月以上の在籍及びJOYFITあんしんサポートVIPへの6か月以上のご加入を条件とさせていただきます。満6か月未満で解約される場合は、違約金5,000円(税込5,500円)が発生致します。
●JOYFITあんしんサポートVIPは通常月額750円(税込825円)が、施設利用の月会費とは別途かります。●乗換キャンペーンをご利用の際は他クラブに通っていた在籍証明書が必要です。●以前JOYFIT高松にご入会いただいていた方は対象外です。●詳しくはお問い合わせください。

JOYFIT[®]24 高松

1日中体験できる!!

1日
体験
開催中

＼1日体験だから、朝も夜も使えちゃう!!／

11月1日^土～11月30日^日

時間：9:00～23:00

※以前、入会もしくは体験(3回トライアルやお供でジョイ含めて)を受けた方は対象外

持ち物：上靴・飲み物・タオル(汗拭き・バスタオル)

体験会流れ

フロントでアンケート用紙を記入！その後は…



筋トレマシン



スタジオレッスン



お風呂

上記以外にもJOYFIT高松施設内が使い放題！

体験会から即日入会でお得な特典がもらえちゃう^{!!}

初期手数料
5,000円
(税込5,500円)

0円

翌月会費
通常 6,800円
(税込7,480円)

半額

他にも
お得な特典
盛りだくさん!!
詳細はこちら→

ホームページはこちら



JOYFIT24高松

☎ 087-867-3636

ジョイフィット24 高松 2025年【10～12月】 スタジオプログラムスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日					
	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ
9:00	【hacomono予約に関して】 事前予約システムです。マークがついているレッスンは前日の24:00まで予約、変更が可能です。 詳細は、館内掲示・フロントにてご確認ください。				スタジオレッスンは、ケガ・体調不良を除いて途中退出はできません				■ ⇒ 赤枠は変更した箇所です			
9:15												
9:30					9:30~10:00 山根 ストレッチボール							
9:45												
10:00	10:00~11:00 おためし整体 前田 治子		10:00~11:00 ZUMBA GOLD® 佐藤 有加		10:00~11:00 ハタヨガ 六重		10:00~11:00 かんたんエアロ 山根		10:00~11:00 リフレッシュ整体 前田 治子		10:00~11:00 やさしいステップ 山下	
10:15	10:15~11:00 はじめてエアロ		10:15~11:00 ZUMBA GOLD® 佐藤 有加		10:15~11:00 かんたんエアロ 山根		10:15~11:00 ハタヨガ 山根		10:15~11:00 コンディショニングSTEP 玉木		10:15~11:00 やさしいステップ 山下	
10:30	10:30 塚田		10:30 佐藤 有加		10:30 かんたんエアロ 山根		10:30 ハタヨガ 山根		10:30 コンディショニングSTEP 玉木		10:30 やさしいステップ 山下	
10:45	10:45		10:45		10:45		10:45		10:45		10:45	
11:00	11:00		11:00		11:00		11:00		11:00		11:00	
11:15	11:15~12:00 UBOUND ストレッチボール		11:15~12:00 楽しくステップ Kaoru		11:15~12:00 ラテコン 佐藤 有加		11:15~12:00 ボディバンプ45 大屋		11:15~12:00 ストレッチボール 山根		11:15~12:00 楽しくステップ 山下	
11:30	11:30 ストレッチボール 定員:35名		11:30 楽しくステップ Kaoru		11:30 ラテコン 佐藤 有加		11:30 ボディバンプ45 大屋		11:30 ストレッチボール 山根		11:30 楽しくステップ 山下	
11:45	11:45		11:45		11:45		11:45		11:45		11:45	
12:00	12:00		12:00		12:00		12:00		12:00		12:00	
12:15	12:15~12:45 定員:35名		12:15~12:45 楽しくステップ Kaoru		12:15~12:45 ラテコン 佐藤 有加		12:15~12:45 ボディバンプ45 大屋		12:15~12:45 ストレッチボール 山根		12:15~12:45 楽しくステップ 山下	
12:30	12:30		12:30		12:30		12:30		12:30		12:30	
12:45	12:45		12:45		12:45		12:45		12:45		12:45	
13:00	13:00		13:00		13:00		13:00		13:00		13:00	
13:15	13:15~14:15 ジャズダンス KAORI		13:15~14:15 オリジナルエアロ 伊東		13:15~14:15 POPダンス MISSY		13:15~14:15 ボディバンプ45 山下		13:15~14:15 ジャズダンス KAORI		13:15~14:15 ボディバンプ Asumi	
13:30	13:30		13:30		13:30		13:30		13:30		13:30	
13:45	13:45		13:45		13:45		13:45		13:45		13:45	
14:00	14:00		14:00		14:00		14:00		14:00		14:00	
14:15	14:15		14:15		14:15		14:15		14:15		14:15	
14:30	14:30		14:30		14:30		14:30		14:30		14:30	
14:45	14:45		14:45		14:45		14:45		14:45		14:45	
15:00	15:00		15:00		15:00		15:00		15:00		15:00	
15:15	15:15		15:15		15:15		15:15		15:15		15:15	
15:30	15:30		15:30		15:30		15:30		15:30		15:30	
15:45	15:45		15:45		15:45		15:45		15:45		15:45	
16:00	16:00		16:00		16:00		16:00		16:00		16:00	
16:15	16:15		16:15		16:15		16:15		16:15		16:15	
16:30	16:30		16:30		16:30		16:30		16:30		16:30	
16:45	16:45		16:45		16:45		16:45		16:45		16:45	
17:00	17:00		17:00		17:00		17:00		17:00		17:00	
17:15	17:15		17:15		17:15		17:15		17:15		17:15	
17:30	17:30		17:30		17:30		17:30		17:30		17:30	
17:45	17:45		17:45		17:45		17:45		17:45		17:45	
18:00	18:00		18:00		18:00		18:00		18:00		18:00	
18:15	18:15		18:15		18:15		18:15		18:15		18:15	
18:30	18:30		18:30		18:30		18:30		18:30		18:30	
18:45	18:45		18:45		18:45		18:45		18:45		18:45	
19:00	19:00		19:00		19:00		19:00		19:00		19:00	
19:15	19:15~20:00 ボディアタック45 岡嶋		19:15~20:00 ボディバンプ45 YUKI		19:15~20:00 ボディバンプ45 Asumi		19:15~20:00 ストレッチボール 玉木		19:15~20:00 ボディバンプ45 山根		19:15~20:00 ボディバンプ45 玉井 明美	
19:30	19:30		19:30		19:30		19:30		19:30		19:30	
19:45	19:45		19:45		19:45		19:45		19:45		19:45	
20:00	20:00		20:00		20:00		20:00		20:00		20:00	
20:15	20:15		20:15		20:15		20:15		20:15		20:15	
20:30	20:30		20:30		20:30		20:30		20:30		20:30	
20:45	20:45		20:45		20:45		20:45		20:45		20:45	
21:00	21:00		21:00		21:00		21:00		21:00		21:00	
21:15	21:15		21:15		21:15		21:15		21:15		21:15	
21:30	21:30		21:30		21:30		21:30		21:30		21:30	
21:45	21:45		21:45		21:45		21:45		21:45		21:45	
22:00	22:00		22:00		22:00		22:00		22:00		22:00	
22:15	22:15		22:15		22:15		22:15		22:15		22:15	
22:30	22:30		22:30		22:30		22:30		22:30		22:30	
22:45	22:45		22:45		22:45		22:45		22:45		22:45	
23:00	23:00		23:00		23:00		23:00		23:00		23:00	
23:15	23:15		23:15		23:15		23:15		23:15		23:15	
23:30	23:30		23:30		23:30		23:30		23:30		23:30	
23:45	23:45		23:45		23:45		23:45		23:45		23:45	
0:00	0:00		0:00		0:00		0:00		0:00		0:00	

エアロ系プログラム

やさしいエアロ(初級)	45分	エアロビクスにチャレンジしたことがない方でも、安心して楽しめるクラスです。
はじめてエアロ(初級)	30分・45分	エアロビクスが初めての方でも楽しめるクラスです。
モーニングエアロ(初級)	45分	かんたんな動きを組み合わせたエアロビクス初級のクラスです。朝イチで身体を気持ちよくマイペースに動かしましょう。
かんたんエアロ(初・中級)	45分	音楽に合わせてかんたんな動きを楽しみながら、有酸素運動を行うクラスです。
かんたんラテンエアロ(初・中級)	45分	ラテンの音楽に合わせて簡単なラテンダンス要素の動きもプラスしたエアロビクスです。ダンスプログラム初めての方にもおすすめです。
ダンスエアロ(初・中級)	45分	エアロビクスの動きにダンスの要素を取り入れたクラスです。
楽しくエアロ(初・中級)	45分	エアロビクスの動きに慣れた方にお勧めのレッスンです。
ちゃれんじエアロ(中級)	45分	色々な動きのつながりを楽しんで、心肺機能を向上し脂肪燃焼を行うクラスです。
テクニカルエアロ(中級)	60分	エアロビクスの様々な動きを取り入れたクラスです。頭も身体もしっかり動かしたい方にオススメのクラスです！
オリジナルエアロ(上級)	45分	エアロビクスに慣れ、さらに上を目指したい方にお勧めのクラスです。
かんたんSTEP(初・中級)	45分	かんたんな動きを組み合わせてステップ台の昇り降りを行うことでたくさん汗のかけるクラスです。
やさしいステップ(初・中級)	45分	やさしい動きを組み合わせた、ステップ台を使った昇降運動です。たくさん汗を流しましょう！
楽しくステップ(中級)	45分	中級ステップエクササイズ。しっかり昇降運動を行いながら、様々なステップパターンで脚の強化！たくさん汗をかけます！
コンビネーションステップ(中級)	45分	ステップ台を使って筋力向上、持久力アップを目指すクラスです。ステップレッスンに慣れてきた方にオススメです！
テクニカルステップ(中級)	45分	ステップ台の昇降運動をベースに、様々な動きを取り入れたクラスです。エアロビクスに慣れてきた方やもう少し強度や難度が欲しい方にオススメです！

健康系プログラム

やさしいヨガ	60分	ヨガを基本から始めます。どなた様にも安心してご参加いただけるクラスです。美容・健康にも効果的！
太極拳	60分	太極拳の基本的動作を覚えて1つの形を作っていくポピュラーなクラスです。
美コンディショニング	60分	自体重を使った筋力トレーニングと体幹ひきあげのストレッチのクラスです。
リフレッシュ整体	60分	温かく、軽く、柔かい。しかもパワーのある理想的な体を作ります。体が硬い方でも大丈夫です。
おためし整体	60分	身体全体をほくしながら流れを整え、免疫力を上げるクラスです。
からだコンディショニング	45分	筋膜リリース、リンパ還流、ツボ刺激など全身のバランスを整えるリセットプログラムです。軽くなやかな身体を手に入れましょう。
ルーシーダットン	45分	独自の呼吸法で、内側から身体の温度を上げ代謝を高める健康法です。
コリオスパイラル	45分	ゆったりとした音楽に合わせて体全体をほくしていきます。どなた様でも参加できます！
リフレッシュヨガ	45分	ゆっくりとした動きと呼吸を合わせて心身共にリラックスしてリフレッシュするクラスです。
ストレッチボール	30分・45分	専用のボールを使い身体のコリ、歪みを改善していきます。リラックス効果もあります。
ハタヨガ	45分・60分	現代ヨガのベースとなるヨガで、ゆったりとした呼吸とポーズで身体の緊張を緩めます。しなやかな身体を目指しましょう。
バランスコーディネーション	45分	かんたんなストレッチ、関節ほぐし、筋力トレーニングを組み合わせて全身の筋肉、骨格のバランスを整えるクラスです。
機能改善ヨガ	45分	ヨガ本来の効果(心身の健康)を引き出す為にスモールボール等を使用した簡単な体操を取り入れ心地よくポーズに近づけていくヨガです。
ヴィンヤサヨガ	45分	呼吸と身体の動きを合わせながら力強くしなやかにポーズをつないでいき、体幹強化や引き締めにも効果的なヨガです。
リフレッシュストレッチ	45分	軽く身体を動かした後、ストレッチボールを使い身体を整えていきます。
姿勢改善ストレッチ	45分	肩こり解消や骨盤調整、全身のゆがみを整えて美しい姿勢を目指しましょう。

ダンス系プログラム		
はじめてフラダンス	60分	フラダンス初めての方を対象に基本動作をゆっくり行っていきます。
はじめてのバレエ	45分	綺麗な立ち姿から少しずつ技術や、バレエ独特の用語を名曲に合わせてレッスンしていきます。初めての方でも無理なくレッスンすることができます。
フラメンコ	60分	ファンダンゴ・ウエルバという伝統的なフラメンコをしっかり身につけて踊っていきます。
HipHop/R&B（初級）	45分	ストリートダンスの基本的なリズムとステップを使って踊ります。
HipHop/R&B（中級）	60分	HipHop/R&B。音楽に合わせた振り付けを踊る、中級者向けクラスです。
ストリートダンス	45分	基本的なステップとアイソレーションを使って楽しく踊るクラスです。初心者大歓迎です！テンションMaxでお迎えいたします！
かんたんK-POPダンス	45分	流行りのK-POPミュージックに合わせて楽しく踊るクラスです。
ジャズダンス	60分	全身で音楽の持つ魅力を表現しましょう。
ジャズスタイル	60分	ダンス好きの方ならどなたでも楽しめるクラスです。
ラテンダンスエクササイズ	45分	初心者の方、老若男女問わず、ラテンのリズムで楽しくエクササイズしましょう。
ZUMBA（ズンバ）	45分	ラテンミュージックを中心に、世界中の様々な音楽に合わせてエクササイズするダンスフィットネスです。
ZUMBAGOLD（ズンパゴールド）	45分	ラテンの音楽に合わせて楽しく体を動かすレッスンです。激しい動きがなく安全にマイペースに楽しんでバランス感覚をやしなっています。
RITMOS（リトモス）	45分・60分	シンプルでダイナミックな動きを様々なダンスで大胆に表現し音楽を身体で感じて楽しむレッスンです。
レズミルズプログラム		
ボディコンバット（格闘系）	45分・60分	あらゆる格闘技の動きを取り入れた最強のエアロビクトレーニング。
ボディパンプ（筋トレ系）	45分・60分	コンパクトなバーベルと、音楽に合わせた楽しいエクササイズ。短期間でカラダを引き締め、しなやかなラインに変身します。
ボディバランス（癒し系）	45分・60分	しなやかでバランスのとれた身体をつくります。心肺機能にかかる負担が少ないので、どなたでもご参加いただけます。
ボディアタック（エアロ系）	45分・60分	心肺機能を高めるハイインパクトエアロビクスです。
ボディジャム（ダンス系）	45分・60分	ダンス感覚を楽しみながら行うレッスンです。ダンス力の向上もできます。
ボディステップ（エアロ系）	45分	ステップ台を使いお尻と太ももに抜群の効果を得られるクラスです。
SH' BAM（シバム）（ダンス系）	45分	様々なダンスをシンプルに組み合わせで踊ります。SH' BAMのテーマは笑顔と汗！ダンス初心者の方でも簡単に踊れて楽しめるクラスです。
LES MILLS GRIT	30分	30分間のHIIT。CARDIO・STRENGTH・ATHLETICの3種類で構成され、フィットネス効果を確実にスピーディーにもたらしめます。
LES MILLS CORE	30分	コア集中の30分間。チューブやプレートを使い、体幹メインに強化します。ヒップアップにも効果的！
ボディ〇〇30	30分	初めての方にお勧めのレッスン。ぜひ体験してみてください。
その他		
ラテコン	45分	ラテンの曲を使って身体を綺麗に、ダンベルを使ってコンディショニングしていきます。
UBOUND（ユーバウンド）	45分・60分	ミニトランポリンを使用する高強度かつ関節への負担が少ないトランポリンプログラムです。



入会又は体験会ご予約の方へ

予約システムのご案内



HOW TO ORDER

01

予約

02

まもなく
メール

03

当日来館

ご入会ご予約の方は
こちら



体験会ご予約の方は
こちら

