4月30日～5月6日
特別プログラム

JOYFIT24LITE
札幌手稲前田

・**全レッスン予約定員制です。**(Aスタジオ：通常50名/ステップ台・マット使用37名/土曜BODYCOMBAT・ZUMBA60名、HOTスタジオ：20名)
先行有料予約：手稲前田会員様1週間前より、他店舗会員様3日前より予約可能。 無料予約：3日前より予約可能。
当日予約：手稲前田会員様・多店舗会員様 1時間前より受付開始です。
・卓球は30分前から予約開始です。1組30分とさせていただきます。清掃のご協力をお願い致します。
・レッスン中に使用した道具はスタジオ内設置のアルコールと青タオルにて清掃のご協力をお願い致します。
・【有料プログラム】は1レッスン（月4回）2,750円(税込)の完全予約制とさせていただきます。フロントにて申込みをお願い致します。
・【ホット】プログラムは月額1,100円(税込)のオプション契約で参加可能です。フロントにてお申込みをお願い致します。
・【ハマチャチャスクール】は月額3,300円(税込)のオプション契約で導入店舗全てのハマチャチャに参加可能です。

WEB予約はこちらから

	4/30（火）		5/1（水）		5/2（木）		5/3（金）		5/4（土）		5/5（日）		5/6（月）	
	Aスタ	HOT	Aスタ	HOT	Aスタ	HOT	Aスタ	HOT	Aスタ	HOT	Aスタ	HOT	Aスタ	HOT
8:00	8:00～8:10 ラジオ体操 ※スタッフ不在	8:00～9:30 卓球 30分毎 定員12名	8:00～8:10 ラジオ体操 ※スタッフ不在		8:00～8:10 ラジオ体操 ※スタッフ不在		お風呂・更衣室のご利用は9:00～19:00とさせていただきます							
8:15														
8:30														
8:45														
9:00										9:00～11:30 卓球 30分毎 定員12名		9:00～12:00 卓球 30分毎 定員12名		
9:15														
9:30														
9:45	9:45～10:30 ヨガ 青木					¥ 10:00～10:45 ホットリフレッシュストレッチ 金澤	10:00～10:45 かんたんリズムエアロ 金澤	10:00～10:45 太極拳 竹内						¥ 10:00～10:45 ホットモーニングヨガ 嶺
10:00			10:00～10:45 かんたんステップ SANA		10:00～10:45 らくらくエアロ 熊谷				10:15～11:00 ボディバランス45 大平		スタジオ予約		10:00～10:45 あへあほ体操 平中	
10:15														
10:30											10:30～11:30 ボディジャム60 新木			
10:45		10:45～11:30 ボディバランス45 大平												
11:00	11:00～11:45 らくらくエアロ 金澤						11:15～12:00 ボディステップ45 清水		11:30～12:15 ボディステップ45 矢口				11:15～12:00 らくらくエアロ Syo-ko	
11:15			11:15～12:00 ノリノリエアロ SANA	¥ 11:30～12:15 ホット美脚美尻ヨガ 大平	11:15～12:00 関節ほぐし Syo-ko									
11:30														
11:45														
12:00										①12:00～12:45 キッズチアダンス AYUMI	12:00～13:00 ボディステップ60 新木			
12:15	12:15～13:00 LesMills TONE 清水				スタジオ予約	¥ 12:15～13:15 ホット体幹アップヨガ みこ							12:15～13:00 ヨガ Syo-ko	有料プログラム
12:30			12:30～13:15 リトモス45 佐野		12:30～13:15 ボディコンバット45 石栗		12:30～13:15 ボディアタック45 大栗							12:30～13:30 J-POP&HIPHOP 瑞枝
12:45				¥ 13:00～14:00 ホット呼吸を深めるフローヨガ Yukiko										
13:00									③12:50～13:50 キッズチアダンス AYUMI	②12:50～13:50 キッズチアダンス あかり				
13:15														
13:30	13:30～14:30 ボディステップ60 清水						スタジオ予約				スタジオ予約			スクールオプション
13:45			13:45～14:30 ステップエアロ 熊谷		13:45～14:30 ボディパンプ45 越智	¥ 13:45～14:45 ホットベーシックヨガ みこ	13:45～14:45 ボディコンバット60 大栗				13:45～14:45 ボディコンバット60 矢口		太極拳サークル ※新規ご参加の方はお問い合わせください	13:45～14:45 ハマチャチャスクール RIKIYA
14:00							定員60名		④13:55～15:25 キッズチアダンス AYUMI	13:55～15:25 キッズチアダンス 育成クラス（低学年） あかり				
14:15			有料プログラム	¥ 14:30～15:30 ホット身体調整ヨガ Yukiko										
14:30			14:45～15:45 オリジナルエアロ 熊谷				15:15～16:00 ボディバランス45 Toshi				15:00～16:00 キッズバレエ 土屋			
14:45														
15:00									15:30～17:00 キッズチアダンス 育成クラス（高学年） あかり		16:00～16:30 キッズバレエ			
15:15														
15:30														
15:45							16:30～17:15 ハウス Toshi							
16:00	16:00～16:45 キッズHIPHOP（キッズクラス） AYUMI	3歳～未就学児												
16:15														
16:30								有料プログラム						
16:45														
17:00	16:50～17:50 キッズHIPHOP（基礎クラス） YUU							17:00～18:00 アウター＆インナーマッスルトレーニング Syo-ko						
17:15					17:15～18:15 キッズHIPHOP（基礎クラス） YUU									
17:30													17:30～18:30 キッズフリースタイル（HIPHOP＆JAZZ） 岩男	
17:45														
18:00	17:55～18:55 キッズHIPHOP（初級クラス） YUU					¥ 18:30～19:15 ホットリフレッシュヨガ 蔵野								小学生以上
18:15														
18:30														
18:45														
19:00		19:00～20:00 キッズHIPHOP（中級～クラス） YUU				¥ 19:45～20:30 ホットSHiN 癒 坂井								
19:15	19:15～20:00 リトモス45 佐野		19:15～20:00 ボディジャム45 横輪											
19:30														
19:45														
20:00														
20:15	スタジオ予約				スタジオ予約									
20:30	20:30～21:15 ボディコンバット45 佐野		20:30～21:30 ボディステップ60 横輪		20:30～21:15 ボディコンバット45 矢口									
20:45														
21:00														
21:15														
21:30														
21:45														
22:00														