

2026年2月  
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60名/ステップ台使用37名/マット使用37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:手稲前田会員様のみ3日前より予約可能。  
当日予約:手稲前田会員様・他店舗会員様 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。
- ・【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。
- ・【ピラティスリフォーマー】【マットピラティス】は有料のグループレッスンです。詳細は館内掲示板をご確認ください。



WEB予約はこちらから

	月		火		水		木		金		土		日		
	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		8:00～10:00 卓球  30分毎 定員12名										8:00～9:30 卓球  30分毎 定員12名		8:00～10:00 卓球  30分毎 定員12名	
8:15															
8:30	8:30～8:40 ラジオ体操 ※スタッフ不在			8:30～8:40 ラジオ体操 ※スタッフ不在		8:30～8:40 ラジオ体操 ※スタッフ不在		8:30～8:40 ラジオ体操 ※スタッフ不在		有料予約可					
8:45										8:45～9:30 太極拳 竹内					
9:00											8:00～10:00 卓球				
9:15															
9:30			有料予約可								30分毎 定員12名			30分毎 定員12名	
9:45	有料予約可		9:45～10:30 ヨガ 青木		有料予約可	10:00～10:45 ホットヨガ 高島	有料予約可	10:00～10:45 らくらくエアロ 熊谷	10:00～10:45 かんたんリズムエアロ 金澤	有料予約可	10:00～10:45 ZUMBA YUMINA	有料予約可	10:00～10:45 かんたんリズムエアロ 金澤	有料予約可	
10:00	10:00～10:45 あへあほ体操 平中				10:00～10:45 かんたんステップ SANA			10:15～11:00 ホットリフレッシュ ストレッチ 金澤							
10:15															
10:30			有料予約可	10:30～11:30 ホットモーニングヨガ 嶺						有料予約のみ					
10:45															
11:00	有料予約可		11:00～11:45 らくらくエアロ 金澤		有料予約可		有料予約可		有料予約可	11:00～11:45 マットピラティス 高島	11:00～11:45 ZUMBA non	有料予約可	11:00～11:45 ピラティスリフォーマー グループレッスン 大平	有料予約可	
11:15	11:15～12:00 らくらくエアロ Syo-ko	11:15～12:00 ストレッチボール 高島			11:15～12:00 ノリノリエアロ SANA	11:15～12:15 ホットパワーヨガ 高島	11:15～12:00 フラダンス 大内	11:30～12:15 ホット陰陽ヨガ 高島	11:15～12:00 やさしいエアロ YUMINA	11:30～12:15 Let'sのんリズム non		11:15～12:00 ZUMBA non			
11:30															
11:45			有料予約可	12:00～13:00 ホットベーシック パワーヨガ 石栗	有料予約可		有料予約可		有料予約可	有料プログラム		①12:00～12:45 キッズチアダンス (3歳～小学1年生) AYUMI	有料予約可		
12:00	有料予約可	有料プログラム	12:15～13:15 はじめてのヨガ Yukiko		12:30～13:15 ボディジャム45 木種		12:30～13:15 ボディコンバット45 石栗	12:45～13:45 ホットデトックスヨガ Yukiko	12:30～13:15 ボディアタック45 大栗	12:30～13:30 K-POP YUMINA		②12:50～13:50 キッズチアダンス (小学2～4年生) AYUMI	③12:50～13:50 キッズチアダンス (小学4～6年生) あかり	12:30～13:15 ボディバランス45 大平	
12:15															
12:30	12:30～13:15 ボディバランス45 高島	12:30～13:30 J-POP&HIPHOP 瑞枝													
12:45															
13:00		スクールオプション	有料予約可	13:30～14:30 ホットスローフローヨガ 石川	有料予約可		有料予約可		有料予約可						
13:15															
13:30															
13:45	太極拳サークル	13:45～14:45 ハマチャチャスクール RIKIYA	13:45～14:30 らくらくエアロ 大嶋		13:45～14:30 ステップエアロ 熊谷		13:45～14:00 Nobity 戸館	13:45～14:45 ホットフローヨガ みこ	13:45～14:30 ボディステップ45 清水						
13:45	※新規ご参加の方は お問い合わせください														
14:00															
14:15															
14:30															
14:45															
15:00		15:00～15:45 ピラティスリフォーマー グループレッスン 大平		14:45～15:30 ホットリフレッシュヨガ 蔵野	14:45～15:45 オリジナルエアロ 熊谷	14:15～15:15 ホット身体調整ヨガ 蔵野	14:30～15:15 やさしいHIPHOP kenji isshiki		【マットピラティス】  【参加方法】 ①有料予約 [チケット550円(税込)] →少人数制有料チケット  チケット購入後、事前予約されて いなくても、当日空きがあれば参 加可能です。フロントまでお越し ください。 ※無料予約、当日整理券はござ いけません。 ※ご予約開始は通常レッスンと 同じです。		④13:55～15:25 キッズチアダンス (中学生) AYUMI	13:55～15:25 キッズチアダンス 育成クラス(小学生) あかり	15:00～16:00 キッズバレエ 土屋		
15:15															
15:30															
15:45															
16:00			16:00～16:45 キッズHIPHOP (キッズクラス) AYUMI	3歳～未就学児									16:00～16:30 キッズバレエ		
16:15															
16:30															
16:45															
17:00			16:50～17:50 キッズHIPHOP (基礎クラス) YUU												
17:15															
17:30		17:30～18:30 キッズフリースタイル (HIPHOP&JAZZ) 松下													
17:45															
18:00	有料予約可		17:55～18:55 girlsHIPHOP・ k-pop copy YUU									18:00～18:45 ボディバンプ45 大栗	18:00～19:00 コアトレーニング Syo-ko	有料予約可	
18:15	18:15～18:45 ダイナミック Nobity 遠山	小学生以上													
18:30															
18:45															
19:00	有料予約可		有料予約可		19:00～20:00 HIPHOP・ R&BHIPHOP YUU	有料予約可			19:15～20:00 ボディバランス45 TOSHI	19:15～20:00 ボディアタック45 大栗	19:15～20:00 ボディコンバット60 石栗	20:15～21:00 3-メンテナンス 手稲スタッフ (各週変更有)			
19:15	19:15～20:00 ボディステップ45 新木		19:15～20:00 ZUMBA 新木		19:15～20:00 ボディジャム45 横輪		19:25～20:10 LesMills TONE 清水								
19:30															
19:45	有料予約可		有料予約可						有料予約可	有料プログラム					
20:00															
20:15	20:15～21:15 ボディコンバット60 新木		20:15～21:00 ボディコンバット45 新木		20:30～21:30 ボディステップ60 横輪		20:30～21:30 ボディバンプ60 戸館		20:15～21:15 ハウス TOSHI	20:15～21:15 アウター&インナー マッスルトレーニング Syo-ko					
20:30															
20:45															
21:00															
21:15															
21:30															
21:45															
22:00															

レズミルズ  
ダンス・エアロ  
ヨガ・ストレッチ  
ホット  
ウォーム  
ソフト  
キッズクラス