

2026年4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・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。
- ・【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】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。



	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															
8:15															
8:30	8:30~8:40 ラジオ体操 ※スタッフ不在	8:00~10:00 卓球 30分毎 定員12名	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	8:00~10:00 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	
8:45									8:45~9:30 太極拳 桜庭						
9:00									change						
9:15															
9:30			有料予約可		有料予約可		有料予約可		有料予約可		有料予約可		有料予約可		
9:45	有料予約可		9:45~10:30 ヨガ 青木		10:00~10:45 かんたんステップ SANA 37名	¥	10:00~10:45 ホットヨガ 高島	¥	10:00~10:45 らくらくエアロ 熊谷	¥	10:15~11:00 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 かんたんリズムエアロ 金澤	
10:00	10:00~10:45 あへあほ体操 平中												10:00~11:00 ZUMBA YUMINA		
10:15															
10:30			有料予約可		10:30~11:30 ホットモーニングヨガ 嶺										
10:45															
11:00	有料予約可	有料予約可	11:00~11:45 らくらくエアロ 金澤		11:15~12:00 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		11:00~12:00 マットピラティス 高島	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 1名	
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													
11:30															
11:45															
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	¥	12:45~13:45 ホットデトックスヨガ Yukiko	¥	12:30~13:15 ボディコンバット45 石栗	¥	12:45~13:30 ホットベーシックヨガ みこ		12:30~13:30 K-POP YUMINA	①12:00~12:45 キッズチアダンス (3歳~小学1年生) AYUMI	12:30~13:15 ボディバランス45 未定 37名
12:15															
12:30	12:30~13:15 ボディバランス45 高島 37名	12:30~13:30 J-POP&HIPHOP 瑞枝													
12:45															
13:00															
13:15															
13:30		スクールオプション	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 37名	¥	14:15~15:15 ホット身体調整ヨガ 蔵野	¥	13:45~14:00 Nobity 戸館 37名	¥	13:45~14:45 ホットフローヨガ みこ		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	change
13:45	太極拳サークル	13:45~14:45 ハマチャチャスクール RIKIYA													
14:00	※新規ご参加の方は お問い合わせください														
14:15															
14:30															
14:45															
15:00															
15:15															
15:30															
15:45															
16:00															
16:15			16:00~16:45 キッズHIPHOP (キッズクラス) AYUMI	3歳~未就学児											
16:30															
16:45															
17:00															
17:15															
17:30			16:50~17:50 キッズHIPHOP (基礎クラス) YUU												
17:45		17:30~18:30 キッズフリースタイル (HIPHOP&JAZZ) 松下													
18:00	有料予約可		17:55~18:55 girlsHIPHOP・ k-pop copy YUU												
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		19:00~20:00 HIPHOP・ R&BHIPHOP YUU												
19:15	19:15~20:00 ボディステップ45 新木 37名		19:15~20:00 ZUMBA 新木		19:15~20:00 ボディジャム45 横輪										
19:30															
19:45															
20:00	有料予約可		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 37名										
20:15															
20:30	20:15~21:15 ボディコンバット60 新木														
20:45															
21:00															
21:15															
21:30															
21:45															
22:00															

代行のお知らせ
5・12日:休講
19・26日:ボディバランス 高島

代行のお知らせ
2・9日:ボディアタック 横輪
23日:ボディコンバット 横輪
16・30日:休講

初中級以上の
クラス受講生

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