

# 4月29日(水)祝日スタジオプログラム

24時間営業※祝日の為、スタッフ常駐時間が9:00~17:00までとなります。

スタジオプログラムに一部変更がございます。

内容をご確認の上、お越しくさいますようお願い申し上げます。

**JOYFIT 24** 津桜橋

	スタジオ
9:15	
9:30	
9:45	あさヨガ Yurina 9:30~10:15
10:00	
10:15	
10:30	
10:45	美筋ヨガ Yurina 10:30~11:30
11:00	
11:15	
11:30	
11:45	
12:00	らくらくエアロ 田村◆ 11:45~12:30
12:15	
12:30	
12:45	
13:00	かんたんJAZZダンス ERI 12:45~13:30
13:15	
13:30	
13:45	
14:00	HIPHOP ERI 13:45~14:45
14:15	
14:30	
14:45	
15:00	
15:15	
15:30	
15:45	
16:00	
16:15	
16:30	
17:00	

# ゴールデンウィークスタジオプログラム

2026. 5/3~5/6

	5月3日(日)	5月4日(月)	5月5日(火)	5月6日(水)
	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ
9:15				
9:30	 あさヨガ Ryoma◆ 9:15~9:45			
9:45				
10:00				 やさしいヨガ Chiharu 9:30~10:15
10:15	リラックスヨガ Ryoma◆ 10:00~10:45			
10:30				
10:45				
11:00		ZUMBA ヤニナ 10:30~11:15	<b>【定員20名】</b> <span style="background-color: #00AEEF; color: white; padding: 2px;">整理券配布</span>	
11:15	 やさしいエアロ 古賀 11:00~11:45		 コアコンディショニング & ポールストレッチ 古賀 10:45~11:45	 フローヨガ Chiharu 10:30~11:30
11:30		CHOREOLOGY bySALISATION		
11:45				
12:00		CHOREOLOGY FUKU 11:30~12:30		
12:15	ファイトdeエアロ 古賀 12:00~12:45			
12:30				
12:45				
13:00				
13:15				
13:30	 GROUP CENTERGY60 HISAKO 13:00~14:00	美脚ヨガ 高垣 12:45~13:30		
13:45				
14:00				
14:15		リラックスヨガ Ryoma◆ 13:45~14:30		
14:30				
14:45				
15:00				
15:15				
15:30				
15:45				
16:00				
16:15				
16:30				
16:45				
17:00				

### コアコンディショニング & ポールストレッチの参加方法

- ①レッスン当日朝9時からフロント前にて整理券配布
- ②対象レッスン開始15分前に番号順に整列

#### ▼注意事項▼

- ※9時までには整列の様子を見かけた場合、整理券は配布致しません。
- ※レッスン開始15分前に整列場所に見えない場合、最後尾に整列頂きます。
- ※整理券はお一人様につき、一枚まで。
- 不正を見かけた場合は、ご参加いただけません。

2026年5月3日(日)~5月6(水)はゴールデンウィーク期間の為、フロント受付・ジム対応時間を変更させていただきます。

#### 受付時間

9:00~12:00、14:00~16:00

皆様のご来館をお待ちしております。