

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	【定員20名】  整理券配布	
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	 CENTERGY			
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				 コアコンストレッチ FUKU 14:00~14:45
14:45				
15:00				
15:15	<p>コアコンディショニング & ポールストレッチの参加方法</p> <p>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</p> <p>▼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。</p>		<p>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。</p> <p>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。</p>	
15:30				
15:45				
16:00				
16:15				
16:30				
16:45				
17:00				

5月28日(木)特別スタジオプログラム

24時間営業※スタッフ研修の為、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	 やさしいエアロ 山岸 9:30～10:15
10:00	
10:15	
10:30	
10:45	フローヨガ Chiharu 10:30～11:30
11:00	
11:15	
11:30	
11:45	
12:00	SALSATION FUKU 11:45～12:45
12:15	
12:30	
12:45	
13:00	
13:15	GROUP CENTERGY45 HISAKO 13:00～13:45
13:30	
13:45	
14:00	
14:15	リトモス MAYUMI 14:00～14:45
14:30	
14:45	
15:00	
15:15	ピラティス MAYUMI 15:00～15:45
15:30	
15:45	
16:00	
16:15	
16:30	
17:00	