# 11月23日(月)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。

JOY FIT 24 津桜橋

| | スタジオ |
|---|---|
| 9:15 | |
| 9:30<br>9:45<br>10:00 | ピラティス<br>浦野◆<br>9:15～10:15 |
| 10:15 | |
| 10:30<br>10:45<br>11:00 | ZUMBA<br>ヤニナ<br>10:30～11:15 |
| 11:15 | |
| 11:30<br>11:45<br>12:00<br>12:15 | らくらくエアロ<br>浦野◆<br>11:30～12:30 |
| 12:30 | |
| 12:45<br>13:00<br>13:15 | 美脚ヨガ<br>高垣<br>12:45～13:30 |
| 13:30 | |
| 13:45<br>14:00<br>14:15 | リラックスヨガ<br>Ryoma◆<br>13:45～14:30 |
| 14:30<br>14:45<br>15:00<br>15:15<br>15:30<br>15:45<br>16:00<br>16:15<br>16:30<br>17:00 | |

# 11月26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、お越しくださいますようお願い申し上げます。

JOYFIT24 津桜橋

| | スタジオ |
|---|---|
| 9:15 | |
| 9:30 | |
| 9:45 | やさしいエアロ<br>山岸<br>9:30～10:15 |
| 10:00 | |
| 10:15 | |
| 10:30 | |
| 10:45 | フローヨガ<br>Chiharu<br>10:30～11:30 |
| 11:00 | |
| 11:15 | |
| 11:30 | Fithop |
| 11:45 | |
| 12:00 | FITHOP<br>FUKU<br>11:45～12:45 |
| 12:15 | |
| 12:30 | |
| 12:45 | |
| 13:00 | 【定員20名】当日、朝9:00よりフロントにて整理券配布いたします。 |
| 13:15 | コアコンストレッチ<br>FUKU<br>13:00～13:45 |
| 13:30 | |
| 13:45 | |
| 14:00 | |
| 14:15 | リトモス<br>MAYUMI<br>14:00～14:45 |
| 14:30 | |
| 14:45 | |
| 15:00 | |
| 15:15 | ピラティス<br>MAYUMI<br>15:00～15:45 |
| 15:30 | |
| 15:45 | |
| 16:00 | |
| 16:15 | |
| 16:30 | |
| 17:00 | |