

JOYFIT24浦和原山

2026年 ゴールデンウィーク特別プログラム


	4/29(水)		4/30(木)		5/1(金)		5/2(土)		5/3(日)		5/4(月)		5/5(火)		5/6(水)	
	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ
9:00																
9:30	9:15~10:15 アロマ& チャクラストレッチ 市毛	9:15~10:15 キックアウト AIKO														
10:00				9:30~10:30 スタジオレンタル ご利用30分前までに フロントにて予約												
10:30	10:30~11:30 トータルボディ メンテナンス 市毛				9:30~10:30 ボディバンプ★ 本橋	10:00~11:00 メンテナンスヨガ ROMI										
11:00																
11:30			11:00~12:00 和の香り マインドフルネスヨガ 市毛	11:00~12:00 ダンスEXC こゆみ	11:15~12:15 ボディバランス★ ROMI											
12:00	12:15~13:15 ボディバンプ★ Nancy 本橋 岡本	12:00~13:00 スタイルアップヨガ★ 磯														
12:30			12:30~13:30 フラ★ Emalani	12:30~13:00 初級エアロ 稲垣												
13:00					12:45~13:30 ズンバ 小林											
13:30	13:35~14:35 ボディステップ★ Nancy		14:00~14:45 ファットバーナーエアロ 稲垣	14:30~15:30 姿勢改善 ストレッチ 高坂												
14:00					14:15~15:15 美しい骨盤 高坂											
14:30			15:15~16:15 リラクゼーションヨガ 阿久井													
15:00	14:55~15:55 オリジナルエアロ★ ★(中上級) 大沢 英里															
15:30																
16:00																
16:30	16:30~17:30 スタジオレンタル ご利用30分前までに フロントにて予約		16:30~17:30 卓球 ご利用30分前より ジムカウンターにて予約													
17:00																
17:30		17:15~18:15 フラケイキ 茂手木														
18:00	18:00~19:00 太極拳★★ 伊東															
18:30																
19:00																
19:30																
20:00	19:40~20:40 ボディバランス★ Gackey															
20:30																
21:00	21:00~22:00 ボディジャム★ Gackey Sayu	21:00~22:00 ベーシックヨガ★★ 成田	21:00~22:00 ボディアタック★ tomo 安孫子													
21:30																

【ジムエリアのみ24時間営業】
スタッフ在中時間、更衣室/シャワーブースご利用時間
8:00~20:00

【Aスタジオ】●レズミルズ・エアロ系・ダンス系・太極拳 ⇒ 定員55名 ●マット系 ⇒ 定員65名
【Bスタジオ】●ダンス系・エアロ系・キックアウト ⇒ 定員30名 ●マット系・HOTレッスン ⇒ 定員40名
※ Aスタジオのレッスンは、前のレッスン開始後、2階ジムカウンター横にて整理券を配布いたします。※お一人1枚ご本人様のみ（朝最初のレッスンは、レッスン開始30分前に配布）
※ Bスタジオのレッスンは、開始時刻30分前よりフロント横端末機にて発券いたします。また、整理券受取り前にお荷物での場所取りは禁止とさせていただきます。
! マット系レッスンは、抽選券をレッスン開始の90分前、ダンス・エアロ系・キックアウトはレッスン開始75分前より配布。詳しくは、館内掲示をご覧ください。
※Aスタジオ・Bスタジオ共に、開始時刻10分前までに整列いただけない会員様につきましては、整理券の番号等関係なしに最後尾からのご入場となります。
※レズミルズプログラムのみWEB予約が可能です。詳しくは、ホームページ(レッスンプログラム)または、館内掲示をご覧ください。
★5/7(木)以降は通常のレッスンプログラム、受付時間に戻ります。

★ マークのレッスンは有料レッスンです。
浦和原山会員：550円(税込)
JOYFIT他店舗会員：1,100円(税込)
JOYFIT非会員：1,100円(税込)
お支払方法、予約方法は別途詳細をご覧ください。
※JOYFIT非会員の方は別途施設利用料
1,100円(税込)のお支払いが必要です。

WEBから確認できます♪



5月スタジオプログラム

週替わりレズミルズスケジュール

4/19(日)更新

週替わりレズミルズの確定カ所のお知らせです。

●月曜日 19:30～20:15

4日 GWプログラム
11日 ボディコンバット Sayu
18日 ボディコンバット Sayu
25日 ボディバランス ROMI

●土曜日 12:15～13:15

2日 GWプログラム
9日 ボディジャム Nancy
16日 ボディステップ Nancy
23日 ボディジャム Nancy
30日 ボディステップ Nancy

●火曜日 20:30～21:30

5日 GWプログラム
12日 ボディコンバット 芹澤
19日 ボディコンバット 三吉
26日 ボディコンバット DAN

●日曜日 17:30～18:30

3日 GWプログラム
10日 ボディアタック SAKI
17日 ボディアタック 船橋
24日 ボディコンバット 黒澤
31日 ボディアタック 本橋

●水曜日 12:15～13:15

6日 GWプログラム
13日 ボディパンプ 本橋
20日 ボディコンバット 白石
27日 ボディコンバット 三吉

●日曜日 19:00～20:00

3日 GWプログラム
10日 ボディジャム SAKI
17日 ボディジャム 安孫子
24日 ボディジャム 堀田
31日 ボディジャム Gackey

●水曜日 13:35～14:35

6日 GWプログラム
13日 ボディステップ 清水
20日 ボディステップ Nancy
27日 ボディステップ 清水

△ お知らせ △

5/14(木)はノースタッフデイの為、キッズレッスン以外
全てお休みです。

尚、9:00～18:00の間はエアコン洗浄工事の為、
一時完全閉館になりますのでご注意ください。

●金曜日 21:00～22:00

1日 GWプログラム
8日 ボディジャム RIKI
15日 ボディジャム TAMA-CHO
22日 ボディジャム Sayu
29日 ボディコンバット 黒澤

