

JOYFIT[®] 24 浦和原山 2026年7月 週替わりレズミルズカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	1 12:15~13:15 ボディコンバット 白石 13:35~14:35 ボディパンプ 白石 21:00~22:00 ボディジャム Sayu	2	3 21:00~22:00 ボディコンバット 黒澤	4 12:15~13:15 ボディステップ Nancy
5 10:30~11:30 ボディパンプ 岡本 17:30~18:30 ボディコンバット 黒澤 19:00~20:00 ボディジャム 長谷川知子	6 19:30~20:15 ボディバランス45 ROMI	7 20:30~21:30 ボディコンバット 昼間 ラストレッスン!	8 12:15~13:15 ボディコンバット 三吉 13:35~14:35 ボディステップ Nancy 21:00~22:00 ボディジャム	9 ノースタッフデー レッスンは全てお休み キッズレッスンは通常通り	10 21:00~22:00 ボディジャム Sayu	11 12:15~13:15 ボディステップ Nancy
12 10:30~11:30 ボディパンプ 岡本 17:30~18:30 ボディアタック 本橋 19:00~20:00 ボディジャム Gackey	13 19:30~20:15 ボディコンバット45 Sayu	14 20:30~21:30 ボディコンバット DAN	15 12:15~13:15 ボディコンバット 白石 13:35~14:35 ボディパンプ 白石 21:00~22:00 ボディジャム Sayu	16	17 21:00~22:00 ボディジャム TAMA-CHO	18 12:15~13:15 ボディジャム Nancy
19 10:30~11:30 ボディパンプ 岡本 17:30~18:30 ボディアタック SAKI 19:00~20:00 ボディジャム SAKI	20 19:30~20:15 ボディバランス45 ROMI	21 20:30~21:30 ボディコンバット 三吉	22 12:15~13:15 ボディパンプ 本橋 13:35~14:35 ボディステップ Nancy 21:00~22:00 ボディジャム	23	24 21:00~22:00 ボディジャム Sayu	25 12:15~13:15 ボディステップ Nancy
26 10:30~11:30 ボディパンプ 清水 17:30~18:30 ボディコンバット 堀田 19:00~20:00 ボディジャム 安孫子	27 19:30~20:15 ボディコンバット45 Sayu	28 20:30~21:30 ボディコンバット 三吉	29 12:15~13:15 ボディコンバット 白石 13:35~14:35 ボディステップ 清水 21:00~22:00 ボディジャム Sayu	30	31 21:00~22:00 ボディジャム RIKI	1
2	3	4	5	6	7	8