

STUDIO SCHEDULE

筑紫野福岡

2026.2~

	月 (MON)	火 (TUE)	水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)	土 (SAT)	日 (SUN)	
10:00								10:00
10:30								10:30
11:00	⑯ ぱわーエアロ 10:45~11:30 徳田 ★★	⑰ スマイルエアロ 10:30~11:15 泉 ★	⑳ ポールストレッチ 10:30~11:00 ★ 清水	⑰ リラックスヨガ 10:30~11:15 ★ 平川	⑰ フラダンス 10:30~11:15 ★ yoshino	⑰ Bodyバランス&エアロ 10:30~11:15 ★ 藤田 ★~★★	⑰ ポールストレッチ 10:45~11:15 ★ 加野	11:00
11:30			⑰ ステップ&サーキット 11:15~11:45 ★ 清水	⑰ ZUMBA 11:30~12:15 ★ 奈良崎 ★~★★	⑰ スリムスリム 11:30~12:15 ★ 渡辺 ★★	⑰ アクティブヨガ 11:30~12:15 ★★ 平川 ★★		11:30
12:00	⑰ フットバーンエアロ 11:45~12:30 徳田 ★~★★	⑰ オリジナルエアロ 11:30~12:15 ★ 村井 ★★	⑰ ボディアタック45 12:00~12:45 ★~★★	⑰ ピラティス 12:30~13:15 ★ ARISU	⑰ ボディコンディショニング 12:30~13:15 ★ 平井	⑰ レズミルズコア 12:30~13:00 ★~★★ 平川	⑰ ZUMBA 12:00~12:45 ★ kayo	12:00
12:30							⑰ LesMills Dance 13:00~13:45 ★ 藤田 ★~★★	12:30
13:00	⑳ ピラティス 12:45~13:30 ★ 片山 ★	⑰ ZUMBA 12:30~13:15 ★ Rin ★~★★	⑰ HIP HOP 13:15~14:00 ★~★★	⑰ ユニバーサル ヨガアース 13:30~14:15 ★ 麻植 ★	⑰ 骨盤EX 13:30~14:15 ★ 伊藤 ★	⑰ ボディパンプ45 13:15~14:00 ★~★★ 担当IRは下記に記載 ★★	⑰ サルセーション 14:00~14:45 ★ chinami ★~★★	13:00
13:30			⑰ ボディメイクコア 13:45~14:30 ★ 本多 ★~★★	⑰ ボディコンバット60 14:15~15:15 ★~★★	⑰ ZUMBA 14:30~15:15 ★ 藤田 ★~★★	⑰ ボディコンバット45 14:15~15:00 ★~★★	⑰ サルセーション 14:00~14:45 ★ chinami ★~★★	13:30
14:00	⑰ ボディパンプ45 13:45~14:30 ★~★★	⑰ ボディメイクコア 13:45~14:30 ★ 徳田 ★	⑰ 期間限定	⑰ ユニバーサル ヨガアース 13:30~14:15 ★ 麻植 ★	⑰ 骨盤EX 13:30~14:15 ★ 伊藤 ★	⑰ ボディパンプ45 13:15~14:00 ★~★★ 担当IRは下記に記載 ★★		14:00
14:30						⑰ ボディコンバット45 14:15~15:00 ★~★★	⑰ サルセーション 14:00~14:45 ★ chinami ★~★★	14:30
15:00	⑰ ZUMBA 14:45~15:30 ★~★★ TSURU ★~★★	⑰ ファンキーダンス 14:45~15:30 ★ 藤田 ★~★★	⑰ ボディコンバット60 14:15~15:15 ★~★★	⑰ オリジナルエアロ 14:30~15:15 ★ 藤田 ★~★★	⑰ ZUMBA 14:30~15:15 ★ kayo ★~★★	⑰ ボディコンバット45 14:15~15:00 ★~★★	⑰ サルセーション 14:00~14:45 ★ chinami ★~★★	15:00
15:30							⑰ ボディコンバット45 15:15~16:00 ★~★★	15:30
16:00	⑰ レズミルズコア30 15:45~16:15 ★ 本多 ★★	⑰ コアトレ 15:45~16:05 ★ 吉岡 ★	⑰ ZUMBA 15:30~16:15 ★ 高木 ★~★★	⑰ ボディコンバット45 15:30~16:15 ★~★★	⑰ コアトレ 15:30~15:50 ★ 吉岡 ★	⑰ メガダンス 15:15~16:00 ★~★★	⑰ ボディコンバット45 15:15~16:00 ★~★★	16:00
16:30								16:30
17:00								17:00
17:30								17:30
18:00								18:00
18:30								18:30
19:00								19:00
19:30								19:30
20:00	⑰ LesMills Dance 19:30~20:15 ★~★★ 藤田 ★~★★	⑯ ヨガ 19:15~20:00 ★★ 平川 ★★	⑰ 中級エアロ 19:15~20:00 ★ 渡辺 ★★	⑰ レズミルズコア30 19:30~20:00 ★ 本多 ★★	⑰ ボディコンバット45 19:15~20:00 ★~★★ 江藤or波平 ★~★★	⑰ ボディコンバット45 19:15~20:00 ★~★★ 江藤 ★~★★	第1・3・5週目 江藤 第2・4週目 波平	20:00 CLOSE ※マシンジム利用は19:30まで
20:30								20:30
21:00	⑰ メンテナンスストレッチ 20:30~21:00 ★~★★ 藤田 ★	⑰ 週替わりレッスン 20:15~21:00 ★~★★ 平川 ★~★★	⑰ ボディコンバット45 20:15~21:00 ★~★★ 齋藤 ★~★★	⑰ ボディアタック45 20:15~21:00 ★~★★ 本多 ★~★★	⑰ ZUMBA 20:15~21:00 ★~★★ TSURU ★~★★	⑰ ZUMBA 20:15~21:00 ★~★★ TSURU ★~★★	21:00 CLOSE ※マシンジム利用は20:30まで	21:00
21:30								21:30
22:00								22:00
22:30								22:30
23:00								23:00

週替わりレッスン
20:15~21:00
第1・3・5週目
LesMills Dance
第2・4週目
レズミルズコア45

ボディコンバット60
1月~3月までの
期間限定レッスンに
なります。

月11,000円の
レギュラー会員
月10,450円の
グループ会員
並びに
ファミリー会員のみ

・各クラス定員 4~5名となります。
※ボディパンプは25名・レズミルズコアは35名・
ボディコンバットは40名までとさせていただきます。
・ひとつ前のレッスン開始と同時に所定の場所にて整理券配布
(朝一クラスは10:00~、夜一クラスはレッスン開始の30分前)

※日曜日のZUMBAは10:00~フロントにて整理券配布致します。
・各クラス 15分前に所定の位置に整列お願い致します。

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤
14日 四本
21日・28日 未定

時間・担当者変更

ボディパンプ 担当IR

7日 齋藤<br