

GGX [®] GOLD'S GROUP EXERCISE										CHANGE YOUR BODY. CHANGE YOUR LIFE.™															
STUDIO SCHEDULE										ノース東京 2026年2月															
月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日													
7:00 OPEN		7:00 OPEN		7:00 OPEN		7:00 OPEN		7:00 OPEN		9:00 OPEN		9:00 OPEN													
7:00	<div>有料スクールの行っていない時間帯はご利用可能です。 (スクールの30分前迄のご利用とさせていただきます) フロント脇の台帳にご利用時間・お名前のご記入をお願い致します。 準備運動や、ストレッチ等にご利用下さい。 尚、ジム備品の持ち出しはご遠慮ください。</div>																7:00								
8:00																					8:00				
9:00																						9:00			
10:00	<div>2月は下記の日程で、格闘技スタジオの貸切利用がございます。</div> <div>1週目：2日(月)・3日(火)・4日(水)・5日(木)・6日(金)</div> <div>2週目：10日(火)・12日(木)・13日(金)</div> <div>4週目：24日(火)・25日(水)・26日(木)・27日(金)23日・(金)</div> <div>⇒ 10:00~12:00</div> <div>その他下記日程で、イベント開催のため貸切とさせていただきます</div> <div>2月8日(日)：13:30~17:30</div> <div>2月22日(日)15:00~18:00</div>																					10:00			
11:00																									11:00
12:00																									12:00
13:00																									
14:00																									
15:00																									
16:00																									
17:00																									
18:00																									
19:00																									
20:00																									
21:00																									
22:00																									
23:00																									

スケジュールは都合により変更する場合がございますのでご了承下さい。
※スタジオ参加につきまして
レッスン開始後10分以降のご入場、または器具を使用するレッスン(ヨガ、ステップ等)・15名を超えるレッスンは
安全性の面から開始後のご参加をご遠慮いただく場合があります。
初心者の方でも安心してご参加いただけます。
※毎月第2月曜日休館日

祝日のスケジュールに関しては掲示板をご確認下さい。

2026年2月

日	月	火	水	木	金	土
1 9:00-13:00 18:00-19:35	2 10:00-12:00 20:00-22:30	3 10:00-12:00 16:30-18:30 20:00-21:40	4 10:00-12:00 19:30-22:30	5 10:00-12:00 19:30-22:30	6 10:00-12:00 16:30-18:30 20:00-21:40	7 13:00-20:30
8 9:00-19:35	9 休館日	10 10:00-12:00 16:30-18:30 20:00-21:40	11	12 10:00-12:00 19:30-22:15	13 10:00-12:00 16:30-18:30 20:00-22:30	14 13:00-20:30
15 9:00-13:00 18:00-19:35	16 20:00-22:30	17 16:30-18:30 20:00-21:40	18 19:30-22:30	19 19:30-22:15	20 16:30-18:30 20:00-22:30	21 13:00-20:30
22 9:00-13:00 15:00-19:35	23 10:00-12:00 20:00-22:30	24 10:00-12:00 16:30-18:30 20:00-21:40	25 10:00-12:00 19:30-22:30	26 10:00-12:00 19:30-22:15	27 10:00-12:00 16:30-18:30 20:00-22:30	28 13:00-20:30
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14

上記の時間帯は貸切の為ご利用頂けません。