

【3.6更新】ジューサーフィットネス&スパ24横浜 グループエクササイズ 2025年4月～

	火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日			日曜日		
	Standard Studio	Volcano Studio	Gym	Standard Studio	Volcano Studio	Gym	Standard Studio	Volcano Studio	Gym	Standard Studio	Volcano Studio	Gym	Standard Studio	Volcano Studio	Gym	Standard Studio	Volcano Studio	Gym
7:00																		
7:30	7:30~8:15 リラクソスヨガ45 FUKKO																	
8:00																		
8:30																		
9:00																		
9:30				NEW 9:15~10:00 ピラティス45 藤川尚子														
10:00	9:55~10:40 LES MILLS BODYCOMBAT 横山廣博	NEW 10:15~11:00 Volcano Yoga ビギナー45 高岩加奈子	10:15~10:45 ((月曜・水曜・金曜))															
10:30				10:15~11:00 LES MILLS DANCE MISAKI	10:15~11:00 Volcano Yoga リンパフロー45 比賀美玲	10:15~10:45 ((月曜・水曜・金曜))												
11:00	11:00~11:45 LES MILLS BODYPUMP 谷藤真	NEW 11:20~12:05 Volcano Yoga 骨盤調整45 高岩加奈子	11:15~11:45 ((月曜・水曜・金曜))	11:15~12:00 LES MILLS BODYCOMBAT ERIKO	11:30~12:15 Volcano Yoga オリジナル45 AYAKO	11:15~11:45 ((月曜・水曜・金曜))												
11:30				NEW 11:30~12:15 Volcano Yoga オリジナル45 AYAKO														
12:00																		
12:30	12:05~12:50 UBOUND KAMOME	NEW 12:25~13:10 Wow!HIP TAKEMI	12:15~12:45 ((月曜・水曜・金曜))	12:15~13:00 エアロピクス 三橋幸恵	12:35~13:20 Volcano Yoga オリジナル45 鈴木瑞子	12:15~12:45 ((月曜・水曜・金曜))												
13:00																		
13:30	13:10~13:55 LES MILLS BODYBALANCE スズメ		13:15~13:45 ((月曜・水曜・金曜))	13:15~13:45 美輪ラインストレッチ45 中村理		13:15~13:45 ((月曜・水曜・金曜))												
14:00																		
14:30	14:15~15:05 協栄シェイプホクシング MIWA		14:15~14:45 ((月曜・水曜・金曜))			14:15~14:45 ((月曜・水曜・金曜))												
15:00		13:30~17:00 FREETIME ご予約にてご利用可能です																
15:30																		
16:00																		
16:30																		
17:00																		
17:30																		
18:00																		
18:30	18:15~18:45 MEGADANZ HINAKO		18:15~18:45 ((月曜・水曜・金曜))	18:15~19:00 MEGADANZ YUNOKI	18:30~19:15 Volcano Yoga リンパフロー45 横谷敦	18:15~18:45 ((月曜・水曜・金曜))												
19:00	19:00~19:45 LES MILLS BODYCOMBAT SHUNYA	18:30~19:15 Volcano Yoga ビギナー45 尾代智子	18:15~18:45 ((月曜・水曜・金曜))			18:15~18:45 ((月曜・水曜・金曜))												
19:30																		
20:00	20:00~20:45 ZUMBA Chie	19:30~20:15 Volcano Yoga デトックス45 CHIE	19:15~19:45 ((月曜・水曜・金曜))	19:15~20:00 UBOUND KAMOME	19:30~20:15 Wow!HIP TAKEMI	19:15~19:45 ((月曜・水曜・金曜))												
20:30																		
21:00	21:00~21:45 LES MILLS BODYPUMP AOGU	20:30~21:15 Volcano Yoga ヨガ45 YAYOI	20:15~20:45 ((月曜・水曜・金曜))	20:15~21:00 LES MILLS BODYCOMBAT 横山廣博	20:30~21:15 Volcano Yoga 骨盤調整45 FUKI	20:15~20:45 ((月曜・水曜・金曜))												
21:30																		
22:00																		
22:30																		
23:00																		

スタジオレンタルご希望のお客さまは
お問い合わせください。

→ 初めの方でも安心して
ご参加いただけるクラス

GRIT週替わりの内容は
予約画面の備考より
ご確認ください。

4月~5月有料

4月限定！有料

NEW

NEW

NEW

NEW

NEW

NEW

NEW

NEW

NEW

NEW