

BLUE EARTH 焼津 レッスンタイムテーブル2019年2月～

★営業時間...[月～木]10:00～23:00 [土]10:00～21:00 [日・祝日]10:00～19:00 [金]メンテナンス日(休館日)

はじめての方にお勧めのクラスです

インフォメーション

☆ 週代わりレズミルズ① 11:45～
 3日 ボディアタック 泉水
 10日 ボディコンバット 望月
 17日 ボディジャム 増田

☆ 週代わりレッスン 13:00～
 3日 ピラティス 泉水
 10日 ヨガ 新村
 17日 ピラティス 泉水

☆ 週代わりレズミルズ② 14:15～
 3日 ボディジャム 増田
 10日 ボディステップ 松谷
 17日 ボディコンバット 望月

特別営業のお知らせ
 下記の日、祝日のため営業時間・スタジオプログラムが変更になります。ご確認ください。

2月11日(月・祝)
 営業時間 10:00～19:00

11:00～11:45
 ビギナーエアロ 桜井心
 12:00～12:45
 ベーシックヨガ 桜井心
 13:00～13:45
 ボディアタック45 泉水
 14:00～15:00
 ボディパンフ60 望月
 ※レズミルズプログラムのみ整理券配布

臨時休館日のお知らせ
 改修工事のため下記日程で臨時休館日と致します。お間違えのないよう予めご確認ください。

2月23日(土)から
 2月28日(木)まで
 代替営業日の日程(営業時間・レッスンタイムテーブル)は、別紙をご確認ください。

	月		火		水		木		土		日
	スタジオ	MEZZO	スタジオ	MEZZO	スタジオ	MEZZO	スタジオ	MEZZO	スタジオ	MEZZO	スタジオ
10:00	10:20～ラジヲ体操	10:15～10:45	10:15～ストレッチ	女性のみ			10:20～ラジヲ体操	10:15～10:45			
	10:30～ストレッチ	サーキット			10:30～11:15	サーキット	10:30～ストレッチ	サーキット	10:30～11:30		10:30～11:30
		定員8名	10:45～11:15	10:45～11:30	モーニングヨガ	定員8名		定員8名	フィットネスフラ	10:00～	
11:00	11:00～11:45	11:15～11:45	スタートエアロ	ホットピラティス	藁科	11:00～	11:00～TC	11:00～		16:00	
	ピギナーエアロ	ウェープリング	松谷	泉水 定員15名		12:00	11:15～12:00	12:00	新村		
	桜井心	コンディショニング	11:30～12:15		11:30～12:15	サーキット	ボディジャム45	サーキット			
12:00		増田 定員15名	健美操	11:45～12:15	太極舞		増田		11:45～12:30	スラックライン	11:45～TC
	12:00～12:45	12:00～	桜井心	ホットリラックスボール	藁科				ボディジャム45	男女兼用	12:00～12:45
	ベーシックヨガ	13:00		松谷 定員15名		12:30～13:00	12:15～TC		※整理券配布		週代わりレズミルズ①
	桜井心	DVD	12:30～13:00		12:30～13:00	ウェープリング	12:30～13:00		西海		※整理券配布
		サーキット	ボディジャム30		ボディコンバット30	コンディショニング	ボディパンフ30		12:45～13:45		<詳細右記>
13:00	13:00～TC		石澤		松谷	原川 定員15名	望月		ヨガ		13:00～14:00
	13:15～14:00	13:15～14:00	13:15～TC		13:15～14:15	13:15～14:00	13:15～14:00		柏木		週代わりレッスン
	ボディコンバット45	かんたん	13:30～14:15	13:30～14:15	ピラティス	かんたん	ピギナーエアロ	男性もOK			<詳細右記>
14:00	望月	エクササイズ	ボディアタック45	かんたん	近藤	定員15名	巻田		DVD		
	14:15～14:45	定員15名	泉水	エクササイズ			14:00～14:45	14:00～14:45			
	ファットバーン	14:15～14:45		定員15名			14:15～15:15	ホットピラティス	ボディアタック45	サーキット	14:15～15:15
	エクストリーム	リラックスボール	14:30～15:15	14:30～	14:30～15:00	14:30～	健美操	定員15名	※整理券配布		週代わりレズミルズ②
15:00	望月	滝井	ヨガ	16:00	ボディアタック30	16:00	増田		泉水		※整理券配布
	15:00～15:45		多々良		15:15～15:45		巻田	15:00～15:45	ボディパンフ60		<詳細右記>
	ピラティス			DVD	ボディステップ30	DVD		ホットヨガ	※整理券配布		
	増田		15:30～16:00	サーキット	松谷	サーキット		Mayo	望月		15:30～16:00
16:00			望月					定員15名			リフレッシュストレッチ
17:00	☆ホットスタジオレッスン (MEZZO) 通常レッスンよりも暖かい空間で、しっかり汗を出していきます。 対象 月曜日・水曜日 夜 火曜日・木曜日 昼				☆スタジオレッスン整理券の配布場所 ・メインスタジオ ⇒ 2階ジムカウンター ・MEZZOスタジオ ⇒ 1階フロント 対象 平日18時以降・昼間MEZZOレッスン 土曜 レズミルズプログラム				☆MEZZO スタジオ 日曜日は、 10時～14 時DVD		
18:00	18:45～19:15	女性専用 ホット スタジオ	18:45～19:15	男女兼用 スタジオ	18:30～TC	男女兼用 ホット スタジオ	18:30～TC	男女兼用 スタジオ	18:00～TC		
19:00	ウェープリング コンディショニング		ファットバーン エクストリーム		18:45～19:15		18:45～19:15		18:15～19:00		
	望月	19:15～20:00	望月	望月	望月	望月	松谷	松谷	ボディコンバット45		
	19:30～20:00	ホットピラティス	19:30～20:15	19:30～20:15	19:30～20:15	19:30～20:15	19:30～20:00	19:30～20:15	※整理券配布		19:00閉館
	スタートエアロ	泉水	ボディコンバット45	ピラティス	ピギナーエアロ	ホットピラティス	ボディステップ30	ボディアタック30	松谷		
	松谷		望月	増田	マリアン	増田	泉水	松谷	19:15～20:15		
20:00	20:15～21:15	20:15～21:00	20:30～21:30	20:30～21:30	20:30～21:15	20:30～21:30	20:15～21:15	20:30～20:45			
	ボディアタック	ホットアティダスヨガ	ボディジャム	スラックライン	ZUMBA	ホット	疲労回復ヨガ	腹筋マニア			
21:00	60	松谷	60	増田	マリアン	坂口	坂口	待井	21:00閉館		
	21:30～22:15		21:45～22:15		21:30～22:15		21:30～22:15				
22:00	ボディパンフ45	望月	ウェープリング コンディショニング	男性もOK	ボディステップ45	森本	望月	男性もOK			
		女性のみ	原川								
23:00	23:00閉館										

【途中参加について】
 スタジオレッスンの途中参加は、ウォーミングアップ不足による怪我や、予め参加されていた会員様のスペースを妨げてしまうため、固くお断りさせ

代替営業日 特別タイムテーブル

2月

8日(金)		15日(金)	
代替営業日		代替営業日	
10:30	10:30~11:15 モーニングヨガ 藁科	10:30	
11:00		11:00	
11:30	11:30~12:15 太極舞 藁科	11:30	11:15~12:00 ピラティス 泉水
12:00		12:00	
12:30	12:30~13:15 ボディジャム45 石澤	12:30	12:15~13:00 ビギナーエアロ 巻田
13:00	※整理券配布	13:00	
13:30	13:30~14:15 ボディアタック45 原川	13:30	13:15~14:15 健美操 巻田
14:00	※整理券配布	14:00	
14:30		14:30	14:30~15:15 ボディコンバット45 望月
19:30	19:30~20:15 ボディステップ45 松谷	15:00	※整理券配布
20:00	※整理券配布	15:30	
20:30		16:00	
	21:00 閉館		19:00 閉館
※Mezzoスタジオはお休みとなります。			