

# BLUE EARTH YAIZU STUDIO TIME TABLE

## 2025.03

月		火		水		木		土		日	
STUDIO 定員40名	MEZZO 定員7名	STUDIO 定員40名	MEZZO 定員7名	STUDIO 定員40名	MEZZO 定員7名	STUDIO 定員40名	BIKE 定員7名	STUDIO 定員40名	MEZZO 定員7名	STUDIO 定員40名	MEZZO 定員7名
	9:30-11:00 DVD サーキット ※入退室自由		9:30-11:00 DVD サーキット ※入退室自由		9:30-11:00 DVD サーキット ※入退室自由		9:30-11:00 DVD サーキット ※入退室自由	9:30-10:00 <b>BODYCOMBAT</b> ⊕		9:30-10:15 <b>BODYBALANCE</b> ⊕	
10:00-10:30 <b>BODYCOMBAT</b> ⊕						10:30-11:00 <b>BODYATTACK</b> ⊕		10:30-11:15 <b>BODYPUMP</b> ⊕		10:30-11:15 シェイプダンス 佐藤	
11:00-11:45 ビギナーエアロ 桜井		11:00-11:45 シンプルエアロ 桜井		11:00-11:45 <b>BODYPUMP</b> ⊕		11:15-12:00 ヨガ YUKARI		11:30-12:15 <b>DANCE</b> ⊕			12:00-12:45 ピラティス YUKARI
12:00-12:45 ヨガ 桜井		12:00-12:45 <b>DANCE</b> ⊕		12:15-13:00 <b>BODYSTEP</b> 中野		12:30-13:15 Let's Jump! YUKARI		12:30-13:15 <b>BODYCOMBAT</b> ⊕			
	13:00-15:00 DVD サーキット ※入退室自由	13:00-14:00 <b>BODYBALANCE</b> 泉水	13:00-15:00 DVD サーキット ※入退室自由		13:00-15:00 DVD サーキット ※入退室自由	※トランポリン使用 ※定員⇒25名 13:45-14:30 レギュラーエアロ 巻田	13:00-15:00 DVD サーキット ※入退室自由			13:00-13:30 <b>BODYPUMP</b> ⊕	
13:30-14:15 <b>BODY JAM</b> KiMi 【先着申込制】		14:15-15:00 <b>BODYCOMBAT</b> 中野		13:30-14:15 <b>ZUMBA</b> MIYUKI 【先着申込制】 ※定員⇒45名		14:45-15:30 健美操 巻田		14:00-14:45 <b>BODYATTACK</b> KiMi ※定員⇒45名		13:45-14:15 <b>CORE</b> ⊕	
14:30-15:15 <b>BODYPUMP</b> KiMi				14:30-15:15 ストレッチヨガ MIYUKI				15:00-15:45 <b>BODYBALANCE</b> KiMi		14:30-15:00 <b>DANCE</b> ⊕	
								16:00-16:30 <b>BODYCOMBAT</b> ⊕		15:15-16:00 <b>BODYCOMBAT</b> ⊕	
								16:15-17:15 <b>BODYPUMP</b> 待井			
								18:00-18:30 <b>BODYBALANCE</b> ⊕			
				18:00-18:30 <b>BODYBALANCE</b> ⊕		18:00-18:30 <b>BODYPUMP</b> ⊕					
				18:45-19:15 <b>CORE</b> ⊕							
19:00-20:00 <b>BODYCOMBAT</b> AYUKA ※定員⇒45名		19:00-19:45 ピラティス YUKARI		19:30-20:15 <b>ZUMBA</b> マリアン		19:00-19:45 疲労回復ヨガ 坂口					
20:15-21:00 <b>DANCE</b> AYUKA ※定員⇒45名		20:15-21:00 Let's Jump! YUKARI ※トランポリン使用 ※定員⇒25名				20:00-20:45 <b>BODYATTACK</b> ⊕					
		21:30-22:15 <b>BODY JAM</b> KiMi		20:45-21:30 <b>BODYPUMP</b> ⊕		21:00-21:45 <b>BODYCOMBAT</b> 辻 【先着申込制】 ※定員⇒45名					

⊕ →ヴァーチャルレッスン  
 →先月から変更になった箇所

◇スタジオへの入場はレッスン開始10分前  
 ◇整理券配布⇒レッスン開始 60分前配布  
 ※ヴァーチャル、先着申込制は除く  
 ※配布前の整列はレッスン開始75分前より可能  
 ◇レッスン中およびレッスン開始時の先着申込プログラムへの申込みは固くお断りします。円滑な運用にご協力下さい。  
 ◇各プログラムの混雑状況によって急遽、整理券配布方法や参加方法が変更となる場合がございます。その際は事前にご案内致します。

# 2025.03

## 特別営業に関するお知らせ

3月 20日(木・祝)	
STUDIO 定員40名	MEZZO 定員7名
	9:30-11:00
10:00-10:45 <b>BODYBALANCE</b> Ⓞ	DVD サーキット ※入退室自由
11:00-11:45 <b>BODYCOMBAT</b> Ⓞ	
12:00-12:45 <b>BODYATTACK</b> Ⓞ	
13:00-13:45 <b>DANCE</b> Ⓞ	
14:00-14:45 <b>BODYPUMP</b> Ⓞ	

### 特別タイムテーブル

#### 3月 20日(木・祝)

上記の日は祝日のため、通常のスタジオプログラムとは異なります。左記プログラム表をご確認ください。

#### ■ スタッフ受付時間

11:00~15:00

#### ■ 温浴施設利用可能時間

10:00~19:00

※サウナは18:30以降、利用不可

※**19:00以降、シャワー含め全面利用不可**

#### ■ 翌月スタジオタイムテーブルについては、

20日を目安にお知らせしております。

同時にホームページでも確認できるよう準備を進めて参ります。

※ノースタッフデイにより遅れる事がございます。

