

BLUE EARTH YAIZU STUDIO TIME TABLE

2026.02

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	MEZZO 定員7名	STUDIO 定員40名	MEZZO 定員7名
10:00-10:30 BODYCOMBAT ◎	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 BODYCOMBAT ◎	9:30-10:15 BODYBALANCE ◎			
11:00-11:45 ビギナーエアロ 櫻井	11:00-11:45 シンプルエアロ 櫻井	11:00-11:45 BODYBALANCE ◎		11:15-12:00 ストレッチヨガ YUKARI	10:30-11:15 ピラティス 泉水	10:30-11:15 シェイプダンス 佐藤			
12:00-12:45 ヨガ 櫻井	12:00-12:45 BODYPUMP 泉水	12:15-13:00 BODYSTEP 中野		12:30-13:15 Let's Jump! YUKARI ※トランボリン ※定員→25名	11:30-12:15 BODYPUMP 泉水	12:00-12:45 ピラティス YUKARI			
13:30-14:15 DANCE ◎	13:00-15:00 BODYBALANCE 泉水	13:00-15:00 DVD サーキット ※入退室自由	13:30-14:15 ZUMBA MIYUKI	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	13:00-15:00 BODYSTEP 泉水	13:00-13:30 BODYPUMP ◎	13:45-14:15 CORE ◎	
14:30-15:15 BODYPUMP ◎	14:15-15:00 BODYCOMBAT 中野	14:30-15:15 ストレッチヨガ MIYUKI		14:45-15:30 健美操 巻田	14:00-15:00 BODYBALANCE 泉水	14:30-15:15 DANCE ◎	14:30-15:15 DANCE ◎	15:30-16:15 BODYCOMBAT ◎	
				16:00-16:30 BODYCOMBAT ◎	15:45-16:30 DANCE ◎				
18:30-19:00 BODYATTACK ◎		18:00-18:30 BODYBALANCE ◎	18:15-18:45 BODYPUMP ◎	19:00-19:45 TAE BO FITNESS KEN	18:00-18:30 BODYBALANCE ◎				
19:30-20:30 BODYCOMBAT AYUKA ※定員→45名	19:00-19:45 ピラティス YUKARI	18:45-19:15 CORE ◎	19:30-20:15 ZUMBA マリアン	20:00-20:45 BODYATTACK ◎					
20:45-21:30 DANCE AYUKA ※定員→45名	20:15-21:00 Let's Jump! YUKARI ※トランボリン ※定員→25名	20:45-21:45 快眠ヨガ TOMOCO	21:00-21:45 BODYCOMBAT 溝口 ※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
※ヴァーチャルレッスン(再生マーク)は除く
※配布前の整列はレッスン開始75分前より可能
◇インストラクターの体調不良等により、急遽ヴァーチャルレッスンへ変更する場合がございます。

★NEW★ 水曜日 20:45～快眠ヨガ
木曜日 19:00～TAE BO FITNESS

快眠ヨガ…一日の疲れを癒し、快眠へと導きます。
TAE BO…テコンドーとボクシング、またエアロビクス
やダンスの要素を組み合わせた格闘技系エクササイズ

2026.02

特別営業に関するお知らせ

2月 11日(水・祝)	
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
11:00-11:45 ZUMBA MIYUKI	
12:00-12:45 ストレッチヨガ MIYUKI	
13:30-14:15 DANCE ①	

特別タイムテーブル

2月 11日(水・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、シャワーのみ利用可

■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。

※休館日等で遅れる場合がございます。

BLUE EARTH
①