

BLUE EARTH YAIZU STUDIO TIME TABLE

2026.08

月		火		水		木		土		日	
2 階スタジオ 定員40名	女性スタジオ 定員8名	2 階スタジオ 定員40名	女性スタジオ 定員8名	2 階スタジオ 定員40名	女性スタジオ 定員8名	2 階スタジオ 定員40名	女性スタジオ 定員8名	2 階スタジオ 定員40名	女性スタジオ 定員8名	2 階スタジオ 定員40名	女性スタジオ 定員8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 BODYCOMBAT Ⓢ		10:00-10:45 過替わり KEN 11:00-11:45 ピラティス YUKARI	1・15・29日 UBOUND ※トランポリン ※定員25名 8・22日 レギュラーエアロ
10:00-10:30 BODYCOMBAT Ⓢ				10:30-11:00 BODYATTACK Ⓢ		10:30-11:00 DANCE Ⓢ		10:30-11:15 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		11:15-12:00 ピラティス 原川 10:30整理券配布		11:15-12:00 ヨガ YUKARI 10:30整理券配布		11:30-12:15 BODYATTACK Ⓢ			
12:00-12:45 ヨガ 櫻井		12:00-12:45 BODYPUMP Ⓢ		12:15-13:00 ウェープリング 原川		12:30-13:15 Let's Jump! YUKARI ※トランポリン ※定員25名		12:30-13:30 ヨガ TOMOCO		12:00-12:45 BODYATTACK Ⓢ	
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	13:00-14:00 BODYBALANCE Ⓢ	13:00-15:00 DVD サーキット ※入退室自由	13:30-14:15 ZUMBA MIYUKI ※定員45名	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	13:00-15:00 DVD サーキット ※入退室自由	14:00-15:00 BODYPUMP Ⓢ		13:00-13:30 BODYPUMP Ⓢ	
13:30-14:15 ZUMBA MIYUKI				14:30-15:15 ストレッチヨガ MIYUKI		13:45-14:30 レギュラーエアロ 巻田				13:45-14:15 CORE Ⓢ	
14:30-15:15 ストレッチヨガ MIYUKI		14:30-15:15 BODYCOMBAT 溝口				14:45-15:30 健美操 巻田				14:30-15:15 DANCE Ⓢ	
15:30-16:00 BODYPUMP Ⓢ						15:45-16:15 BODYCOMBAT Ⓢ		15:15-16:00 DANCE Ⓢ		15:30-16:15 BODYCOMBAT Ⓢ	
Ⓢ : ヴァーチャルレッスン □ : 先月との変更点											
18:30-19:15 BODYJAM AY-KO		19:00-19:45 ピラティス YUKARI		18:15-18:45 CORE Ⓢ		18:15-18:45 BODYPUMP Ⓢ		18:00-18:30 BODYBALANCE Ⓢ			
19:30-20:30 BODYCOMBAT AYUKA ※定員45名		20:15-21:00 Let's Jump! YUKARI ※トランポリン ※定員25名		19:00-19:30 Fithop マリアン		19:15-19:45 TAE BO KEN					
20:45-21:30 DANCE AYUKA ※定員45名		21:15-22:00 ヨガ YUKARI		19:45-20:30 ZUMBA マリアン 19:00整理券配布		20:00-20:45 UBOUND KEN 19:15整理券配布					
				20:45-21:45 快眠ヨガ TOMOCO		21:00-21:45 BODYCOMBAT 溝口 ※定員45名					

◆整理券配布⇒レッスン開始60分前配布
 ※45分前配布のレッスン有り
 ※ヴァーチャルレッスン(Ⓢ)は整理券配布無し
 ※配布の整列は配布時間の15分前より可能

◆スタジオへの入場⇒レッスン開始10分前

◆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。
 また、各プログラムの整理券配布の混雑状況に
 より整理券配布を変更する場合がございます。
 その際は速やかに公式LINEでの配信により皆様
 にお知らせいたしますので予めご了承ください。

2026年 8月 特別期間 ー 特別スタジオプログラム ー

8月10日 (月)		8月11日 (火・祝)		8月12日 (水)		8月13日 (木)	
2階スタジオ 定員40名	女性スタジオ 定員8名	2階スタジオ 定員40名	女性スタジオ 定員8名	2階スタジオ 定員40名	女性スタジオ 定員8名	2階スタジオ 定員40名	女性スタジオ 定員8名
	9:30-12:00 DVD サーキット		9:30-12:00 DVD サーキット		9:30-12:00 DVD サーキット		9:30-12:00 DVD サーキット
11:00-11:45 ビギナーエアロ 櫻井	※入退室自由	11:00-11:45 シンプルエアロ 櫻井	※入退室自由	10:30-11:00 BODYATTACK ▶	※入退室自由	10:30-11:00 DANCE ▶	※入退室自由
				11:15-12:00 BODYBALANCE ▶		11:15-12:00 ヨガ YUKARI	
12:00-12:45 ヨガ 櫻井		12:00-12:45 BODYPUMP ▶		12:15-13:00 BODYPUMP ▶		※10:30整理券配布	
		13:00-13:45 BODYCOMBAT 溝口				12:30-13:15 Let's Jump! YUKARI	
13:30-14:15 DANCE ▶				13:30-14:15 DANCE ▶		※トランポリン ※定員25名	

■ 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

※13日(木)のみ19:00以降、浴室全面利用不可

8月10日(月)～8月13日(木)

上記の日は夏季特別営業のため、
通常スタジオプログラムとは異なります。
上記プログラム表をご確認ください。