

BLUE EARTH YAIZU STUDIO TIME TABLE

2026.07

月		火		水		木		土		日	
STUDIO 定員40名	MEZZO 定員8名	STUDIO 定員40名	MEZZO 定員8名	STUDIO 定員40名	MEZZO 定員8名	STUDIO 定員40名	MEZZO 定員8名	STUDIO 定員40名	MEZZO 定員8名	STUDIO 定員40名	MEZZO 定員8名
	9:30-11:00 DVD サーキット ※女性専用 ※入室自由		9:30-11:00 DVD サーキット ※女性専用 ※入室自由		9:30-11:00 DVD サーキット ※女性専用 ※入室自由		9:30-11:00 DVD サーキット ※女性専用 ※入室自由	9:30-10:00 BODYCOMBAT Ⓢ			
10:00-10:30 BODYCOMBAT Ⓢ						10:30-11:00 DANCE Ⓢ		10:30-11:15 BODYBALANCE Ⓢ		10:00-10:45 レギュラーエアロ KEN	
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 BODYATTACK Ⓢ		11:15-12:00 ヨガ YUKARI 10:30整理券配布		11:30-12:15 BODYATTACK Ⓢ		11:00-11:45 BODYBALANCE Ⓢ	
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 ※女性専用 ※入室自由	13:00-14:00 BODYBALANCE Ⓢ	13:00-15:00 DVD サーキット ※女性専用 ※入室自由	13:30-14:15 ZUMBA MIYUKI	13:00-15:00 DVD サーキット ※女性専用 ※入室自由	13:45-14:30 レギュラーエアロ 巻田	13:00-15:00 DVD サーキット ※女性専用 ※入室自由			13:00-13:30 BODYPUMP Ⓢ	
13:30-14:15 ZUMBA MIYUKI				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 BODYPUMP Ⓢ		13:45-14:15 CORE Ⓢ	
14:30-15:15 ストレッチヨガ MIYUKI		14:30-15:15 BODYCOMBAT 溝口								14:30-15:15 DANCE Ⓢ	
15:30-16:00 BODYPUMP Ⓢ						15:45-16:15 BODYCOMBAT Ⓢ		15:15-16:00 DANCE Ⓢ		15:30-16:15 BODYCOMBAT Ⓢ	
				18:00-18:30 BODYBALANCE Ⓢ		18:15-18:45 BODYPUMP Ⓢ		18:00-18:30 BODYBALANCE Ⓢ			
18:30-19:00 BODYATTACK Ⓢ				18:45-19:15 CORE Ⓢ							
		19:00-19:45 ピラティス YUKARI		19:30-20:15 ZUMBA マリアン 18:45整理券配布		19:15-19:45 TAE BO ^{mass} KEN					
19:30-20:30 BODYCOMBAT AYUKA ※定員→45名				20:45-21:45 快眠ヨガ TOMOCO		20:00-20:45 ZUMBA KEN 19:15整理券配布					
20:45-21:30 DANCE AYUKA ※定員→45名		20:15-21:00 Let's Jump! YUKARI ※トランポリン ※定員→25名				21:00-21:45 BODYCOMBAT 溝口 ※定員→45名					
		21:15-22:00 ヨガ YUKARI									

Ⓢ → ヴァーチャルレッスン

Ⓢ → 先月から変更になった箇所

◇整理券配布→レッスン開始 60分前配布
※45分前配布レッスン有り
※ヴァーチャルレッスンは整理券配布無し
※配布の整列は配布開始時間の15分前より可能

◇スタジオへ入場→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時の混雑状況に
より整理券配布方法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。

2026.07

特別営業に関するお知らせ

7月 20日(月・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 ビギナーエアロ 櫻井	
12:00-12:45 ヨガ 櫻井	
13:30-14:15 DANCE ▶	
14:30-15:15 BODYPUMP ▶	

特別タイムテーブル

7月 20日(月・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。

