

2025年5月

プログラムスケジュール

ホリデイスポーツクラブ磐田

	月			火			水			木			土			日					
	スタジオ	プール	ラファ	スタジオ	プール	ラファ	スタジオ	プール	ラファ	スタジオ	プール	ラファ	スタジオ	プール	ラファ	スタジオ	プール				
10:00	ZUMBA 10:30 (45) 高橋			Excite 10:30 (45) 松本	プールdeダンス 10:30 (45) 原田		FLORIC 10:30 (45) 高橋			fine PILATES 10:30 (45) 藤澤た		EJ*Light 10:30 (45) 鈴木あ			Z*180 11:00 (45) 木下ま						
11:00	ランランエアロ 11:30 (45) 飯田	HITWAVE 12:00 (30) 藤澤た		fine PILATES 11:45 (45) 原田		腰痛改善 ストレッチ 11:30 (45) 松本	ZUMBA 11:30 (45) 藤澤た		アンチエイジングヨガ 11:30 (45) 高橋	フィットボタ 11:30 (45) 藤澤た		ランランエアロ 11:30 (45) 松本		Sound UP 11:30 (45) 木下ま							
12:00	EJ*Light 12:45 (45) 藤澤た	かんたんアクア 12:45 (45) 飯田	ほっとベーシック 12:45 (45) 松下	ZUMBA 13:00 (45) 藤田	ウェープリングヨガ 12:45 (45) 原田		TARGETHIP 12:30 (30) 藤澤た	水中ダンベル 12:30 (30) 鈴木あ		ZUMBA 13:00 (45) 木下み		バランスボール 12:30 (45) 松本	水中ダンベル 12:45 (30) 鈴木あ	Coreメイ 12:30 (45) 藤澤ゆ			EJ*Light 12:00 (45) 木下ま				
13:00	ステップ30 13:45 (30) 松下		とろけるストレッチ 13:45 (45) 藤澤た		マーズヨガ 14:00 (45) 藤田		股関節ほぐし YOGA 13:15 (45) 藤田	プールdeダンス 13:15 (45) 藤澤た		ハタヨガ 14:00 (45) 松下		整えるヨガ 12:45 (45) 松下		腸活ヨガ 14:00 (45) 水谷							
14:00																					
15:00				<div data-bbox="587 961 1558 1333" data-label="Complex-Block"> <p>5月 START サイコーの夏にする！</p> <p>あなたを変える スタイリッシュワークアウト</p> <h2>Z*180</h2> <p>ゼットワンエイティ</p> <p>Beach Style ビーチスタイル 2025.5-10</p> <p>まるで夏のビーチでワークアウト！ビーチで過ごす1日を感じながら、スマートなボディラインを目指そう！</p> <p>夏を笑顔で駆け抜ける！</p> </div>																	
16:00																					
17:00																					
18:00																					
19:00	fine PILATES 19:15 (45) 木下	HITWAVE 19:30 (30) 鈴木あ	腸活ヨガ 19:00 (45) 水谷	Z*180 19:15 (45) 木下ま			ステップ30 18:45 (30) 藤澤ゆ		骨盤ヨガ 19:00 (45) 水谷	BOXING BLUE 19:00 (45) 藤澤ゆ	HITWAVE 19:15 (30) 小澤	ROCK 19:15 (30) 谷口		ほっとベーシック 19:00 (45) 藤澤ゆ	<div data-bbox="2537 1396 2834 1480" data-label="Text"> <p>日・祝 19:00 閉館 (トレーニングは18:50終了)</p> </div>						
20:00	BOXING BLUE 19:15 (45) 木下			TARGETHIP 19:30 (45) 藤澤ゆ	Sound UP 20:15 (45) 木下ま		ZUMBA 20:30 (45) 藤澤ゆ		腸活ヨガ 20:00 (45) 水谷	EJ*Light 20:00 (45) 志藤	水中ダンベル 20:00 (30) 吉岡	リラククスヨガ 20:00 (45) 水谷	ZUMBA 20:00 (45) 藤澤ゆ	<div data-bbox="2537 1501 2834 1627" data-label="Text"> <p>ご確認ください ホリデイスポーツクラブ 磐田</p> </div>							
21:00			時の香り 21:15 (45) 藤澤ゆ									Coreメイ 21:00 (45) 藤澤ゆ				<div data-bbox="2537 1648 2834 1858" data-label="Text"> <p>TEL 0538-33-0223 〒438-0045 静岡県磐田市上岡田1-1</p> <p>いつでもお得な紹介特典 ございます。</p> </div>					
22:00														<div data-bbox="1053 1890 1884 1942" data-label="Text"> <p>23:00 閉館 (トレーニングは22:50終了)</p> </div>							

WEB予約受付スタート
4月25日(金)21:00~

友だち登録で 紙が不要!
プログラムスケジュールや代行案内を
スマホでいつでもチェック!

友だち登録方法
QRコード・店舗名検索の
2種類で友だち登録ができます

※ 画像をタップすると
拡大することもできます!

日・祝 19:00 閉館
(トレーニングは18:50終了)

ご確認ください
ホリデイスポーツクラブ
磐田

TEL 0538-33-0223
〒438-0045
静岡県磐田市上岡田1-1

いつでもお得な紹介特典
ございます。

23:00 閉館 (トレーニングは22:50終了)