

LESSON SCHEDULE 和歌山市駅

2022年4月～

ジムエリアのみ営業(スタッフ対応時間なし)
※スタジオを多目的スペースとしてご利用いただけます。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
					9:00 - 10:00 キッズ体育 (児童)	9:00 - 10:00 キッズ体育 (児童)
	10:30 - 11:30 HOTヨガ 前北	10:10 - 11:10 HOTヨガ 山岸	10:10 - 11:10 HOTヨガ 矢田		10:00 - 11:00 キッズ体育 (幼児)	10:00 - 11:00 キッズ体育 (幼児)
		11:20 - 12:20 HOTヨガ 前北	11:30 - 12:10 ピラティスPlus CSLive (REC)	11:00 - 11:40 ZUMBA CSLive (LIVE)	11:00 - 12:00 キッズ体育 (児童)	11:00 - 12:00 キッズ体育 (幼児)
	12:00 - 13:00 HOTピラティス 堀江	12:40 - 13:20 フアイクササイズ CSLive (REC)	12:20 - 13:00 健康太極拳 CSLive (REC)	11:50 - 12:30 パワーヨガ CSLive (REC)		
	13:20 - 13:50 コアホールストレッチ	13:30 - 14:00 リズムCAMP CSLive (REC)	13:20 - 13:50 コアホールストレッチ	13:20 - 13:50 だれでもHIPHOP CSLive (REC)	13:00 - 14:00 HOTヨガ 辻	
	14:00 - 14:40 シンプルエアロ CSLive (REC)	14:10 - 14:50 Laフットキュア CSLive (REC)	14:00 - 14:40 ヨガ CSLive (REC)	14:00 - 14:40 ファイトアタックBEAT CSLive (REC)	14:10 - 15:10 HOTヨガ 横山	14:00 - 15:00 キッズ体育 (幼児)
	15:30 - 16:30 キッズ体育 (幼児)		15:30 - 16:30 キッズ体育 (幼児)		15:30 - 16:10 ピラティス CSLive (REC)	15:00 - 16:00 キッズ体育 (児童)
	16:30 - 17:30 キッズ体育 (児童)		16:30 - 17:30 キッズ体育 (児童)			
	17:30 - 18:30 キッズ体育 (児童)		17:30 - 18:30 キッズ体育 (児童)			
		18:30 - 19:30 HOTヨガ 山岸		18:30 - 19:30 HOTハレピラティス 堀江		
	19:30 - 20:30 HOTヨガ 山岸	19:40 - 20:40 HOT リンパデトックスヨガ 山岸	19:30 - 20:30 HOT ピラティスヨガ 堀江	19:40 - 20:40 HOTピラティス 堀江		
	20:40 - 21:40 HOTヨガ 横山	21:00 - 21:40 ファイトアタックPRO CSLive (REC)	20:40 - 21:40 HOTヨガ 山岸	21:00 - 21:40 ファイトアタックPRO CSLive (REC)		

STUDIO
yogapis

女性専用HOTヨガスタジオ

[対象会員区分]

ヨガピス / ジム&ヨガピス

CSLive

当社オリジナル映像配信プログラム

[LIVE]

ライブ配信

[REC]

録画配信