

2026年3月

プログラムスケジュール

ホリデイスポーツクラブ 寝屋川

Weekly schedule grid with columns for days (月, 火, 水, 木, 土, 日) and time slots (10:00-22:00). Includes program names like ZUMBA, FLORIC, and YOGA, along with instructor names and studio/gym locations.

Summary boxes for studio and yoga classes. Includes 'スタジオ 45分間 定員 72', 'ヨガ fine PILATES 定員 47', 'Z-180 ラダーBee 定員 47', and 'TARGET HIP ROCK 筋トレ 定員 47'.

PICK UP* promotional images for '春のハタヨガ' and '股関節ほぐし YOGA'.



19:00 閉館 (トレーニングは18:50終了)

Information box with title 'ご確認ください。' and content '表示内容' containing 'プログラム名' and '開始時間 担当者'.

Information section with three items: ① スタジオ予約 毎月25日 受付開始日時 22:00-; ② スタジオ・グルーptrainingは開始5分後まで途中入室可能です。; ③ プログラム・その他の問い合わせがありましたらお気軽にご連絡ください



23:00 閉館 (トレーニングは22:50終了)