

# 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焼津

	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	ラファ	
10:00																			
11:00	Z*180 11:00 (45) 田中			フィットボティ 11:00 (45) 藤澤		男性参加OK! りらくヨガ 10:45 (45) 原田	FLORIC 11:00 (45) 望月		ヒーリング 11:00 (30)	EJ*light 11:00 (45) 近藤		時の香り 10:45 (45) 望月	Z*180 11:00 (45) 田中		ほっとベーシック 10:45 (45) 望月	FLORIC 11:00 (45) 望月	KICK BOXING 11:00 (45) 渡邊	ヒーリング 11:00 (30)	
12:00	ZUMBA 12:00 (45) 田中	男性参加OK! ほっとベーシック 12:00 (30) 石田	男性参加OK! ほっとベーシック 11:45 (45) 多々良	CORE ENERGY 12:00 (30) 須和部	HITWAVE 12:00 (30) 原田		男性参加OK! フレッシュ Core*17 13:00 (45) 瀧本	ZUMBA 13:00 (45) 藤澤		男性参加OK! ZUMBA 13:00 (45) 藤澤		男性参加OK! フレッシュ Core*17 13:00 (45) 瀧本	ZUMBA 13:00 (45) 藤澤		男性参加OK! フレッシュ Core*17 13:00 (45) 瀧本	ZUMBA 13:00 (45) 藤澤		男性参加OK! フレッシュ Core*17 13:00 (45) 瀧本	ZUMBA 13:00 (45) 藤澤
13:00	春のハタヨガ 13:00 (45) 多々良																		
14:00		青 スタジオ 定員 71名				ほっとベーシック 14:00 (45) 藤澤	TARGET HIP 14:00 (30) 須和部		ヒーリング 14:00 (30)			ほっとベーシック 14:00 (45) 望月	CORE ENERGY 14:00 (30) 須和部						ヒーリング 14:00 (30)
15:00																			
16:00		赤 Z-180 定員 40名		緑 HIP 定員 42名															
17:00		白 ヨガ ピラティス ラダーBee コアエナジー 定員 48名																	
18:00																			
19:00	EJ*light 19:15 (45) 江崎		ほっとエナジー 19:00 (45) 望月	Z*180 19:15 (45) 田中		ほっとベーシック 19:00 (45) 小泉	LAOER Bee 19:15 (45) 藤澤		ヒーリング 20:00 (30)	男性参加OK! ナタラシ 19:00 (45) 小泉	男性参加OK! New Hip 19:15 (30) カム		男性参加OK! りらくヨガ 19:00 (45) 平野						
20:00	CMP 20:15 (45) 渡邊		時の香り 20:15 (45) 望月	ZUMBA 20:15 (45) 田中		ほっとエナジー 20:15 (45) 小泉	TARGET Kicks 20:15 (45) 藤澤		ヒーリング 20:00 (30)	男性参加OK! Core*17 20:15 (45) 瀧畑	男性参加OK! BLUE 20:15 (45) 渡邊								
21:00																			

スタジオ・ほっと  
予約  
受付開始日時  
毎月25日  
20:00-



日・祝 19:00 閉館  
(トレーニングは18:50終了)

ご確認ください

表示内容  
プログラム名  
開始時間 担当者

プログラムは全て定員制となります。  
当日プレートを発行いただくか  
焼津店LINE公式アカウントより  
ご予約(有料)し、ご参加ください。  
スタジオプログラムのプレートは  
朝1番のプログラムは開館時  
夜1番のプログラムは18:00  
それ以外は、1つ前のプログラムが  
開始された15分後に1階通路に設置しております。  
ほっとヨガに関しては、無料予約制となっております。

22:00 閉館 (トレーニングは21:50 終了)