

2026年4月 プログラムスケジュール

ホリデイスポーツクラブ札幌清田

	月		火		水		木		土		日	
	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
10:00	NEW fine PILATES	AQUA BOKING ZABOON!!	股関節ほぐし YOGA	かんたん 777	NEW fine PILATES		FLORIC	POOL		かんたん 777	EJ Light	
11:00	10:30 (45) 木村	10:30 (45) 林	10:30 (45) 濱出	10:30 (45) 林	10:30 (45) 濱出		10:30 (45) 渡部	10:30 (45) 林	LADER Bee	10:30 (45) 嶋崎	10:30 (45) 須貝	
12:00	Z*180	NEW ZABOON!!!	BOKING BEAST Yellow		ZUMBA		NEW BOKING BEAST CMP	NEW ZABOON!!!		春のハタヨガ	NEW fine PILATES	
13:00	Slim ABS	2か月限定	Slim ABS		NEW フィータボティ	NEW ZABOON!!!	春のハタヨガ	2か月限定	TARGET 4'S BURNING	スリムアップ30		
14:00	EJ Light	タオルをご持参ください!	FLORIC	タオルをご持参ください!	TARGET HIP		NEW Fighting ステップ	3か月限定	ZUMBA	ZUMBA		
15:00	股関節ほぐし YOGA	POOL										
16:00	 <p>ボクシング×ステップ運動で 全身引き締め! カラダもSTEP UPだ!</p>		 <p>「歩く力」が健康のカギ! あなたの身体にフィットする! 4月 START</p>		 <p>I LOVE YOU. フロリック FLORIC Spring emotional 2026.4-6 4月 START</p>		 <p>ZABOON!!! さあ、波を越えろ! WAVE UP! 4月～5月 東日本限定</p>					
17:00												
18:00												
19:00	NEW fine PILATES		TARGET 4'S BURNING	NEW ZABOON!!!	NEW BOKING BEAST RED		FLORIC		Z*180			
20:00	19:30 (45) 大廣		19:30 (45) 須貝	2か月限定	19:30 (45) 清水		19:30 (45) 武田		20:15 (45) 須貝			
21:00	EJ Light		ZUMBA		股関節ほぐし YOGA	HITWAVE	NEW BOKING BEAST CMP					
22:00	NEW Fighting ステップ	3か月限定	ダンベル&チューブ		6PACK ABS	タオルをご持参ください!						
			21:30 (30) 前川		21:30 (30) 大井							

4月～NEW VERSION

19:00 閉館 (トレーニングは18:50終了)	
スタジオ	
45分プログラム	79名
ヨガ・ピラティス CORE ENERGY	54名
Z-180・ステップ30	46名
Slim up・6PACK ターゲットヒップ	42名
ダンベル&チューブ	28名
ラダーBee	59名
プール	
30分プログラム	30名
45分プログラム	40名
ZABOON(30)	40名
プールプログラムにつきまして 16名から2レーンにて開催致します。	

 = 新担当者デビュー枠

23:00 閉館 (トレーニングは22:50終了)