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富士宮

	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	骨のハタヨガ 10:30(45) 黒澤		♪MUSIC♪ SHAPE UP 10:30(45) 渡邊 ※ヨガマット不要	TARGET ABS 10:30(45) 藪田		時の香り 10:30(45) 渡邊	フィータボディ 10:30(45) 渡邊			ZUMBA 10:30(45) 山岸綾		Coreメイク 10:30(45) 綿野	BOXING Yellow 10:30(45) 綿野			ZUMBA 10:30(45) 山岸臣	かんたんアクア 10:30(45) 綿野	
11:00																		
12:00	ZUMBA 11:45(45) 黒澤	HIIT WAVE 11:45(30) 野崎	ほっとフリータイム	FLORIC 11:45(45) 渡邊		ほっとフリータイム	EJ Light 11:45(45) 野崎		The FirstStep 11:45(45) 渡邊 ※ヨガマット不要	BOXING Yellow 11:45(45) 綿野		ほっとフリータイム	fine PILATES 11:45(45) 野崎	AQUA BOXING BEAST 11:45(45) 綿野		BOXING BLUE 11:45(45) 綿野		
13:00	フィータボディ 13:00(45) 黒澤	ZABOOON!!! 12:45(30) 渡邊		LADER Bee 13:00(45) 藪田	AQUA KICK BOXING 13:00(45) 渡邊		ZUMBA 13:00(45) 野崎	かんたんアクア 13:00(45) 渡邊		EJ Light 13:00(45) 藪田			ZUMBA 13:00(45) 綿野			Fighting ステップ 13:00(30) 綿野		
14:00				青竹ウォーク 14:00(30) 藪田						SlimABS 14:00(30) 鍋田			股関節ほぐし YOGA 14:00(45) 藪田					
15:00																		
16:00																		
17:00																		
18:00			ナタラージャ 18:00(45) 綿野			時の香り 18:00(45) 黒澤			癒しの空間 18:00(45) 黒澤									
19:00	ZUMBA 19:00(45) 山岸綾		ほっとフリータイム	BOXING BLUE 19:00(45) 綿野	かんたんアクア 19:00(45) 黒澤	ほっとフリータイム	TARGET ABS 19:00(45) 藪田			SoundUP 19:00(45) 黒澤		ZABOOON!!! 19:00(30) 綿野	ZUMBA 19:00(45) 黒澤					
20:00	Z-180 20:00(45) 綿野			EJ Light 20:00(45) 綿野			BOXING CMF 20:00(45) 野崎			BOXING バチこRED 20:00(45) 藪田			EJ Light 20:00(45) 黒澤					
21:00																		
22:00																		

ご確認ください

全社員研修に伴う
特別休館とGW営業について

全社員研修に伴い下記日程を特別休館日とさせていただきます。
つきましては、GW期間において特別営業をいたします。

特別休館日 **4月 2日（木）**

休館日 **4月 3日（金）**

GW営業案内

4月30日（木）	5月1日（金）	2日（土）	3日（日・祝）	4日（月・祝）	5日（火・祝）	6日（水・振替）	7日（木）
通常営業 10-23時	特別営業 10-19時	通常営業 10-23時	祝日営業 10-19時				通常営業 10-23時

特別営業は、全ての時間 全会員種別の方がご利用できます

5月3日、4日、5日、6日は会員種別により、時間外利用料 通常1,100円/日 → 550円/日 特別価格 でご利用になれます

HOLIDAY SPORTS CLUB

19:00 閉館（トレーニングは18:50終了）

スタジオ予約受付開始日時	毎月25日 19:00-
ホットスタジオ予約受付開始日時	毎月25日 19:00-

※ 25日のみ、
19:00以降のプログラム開催時間が
15分遅れての開始となります。

：初めての方にもおススメのプログラム

スタジオ 45分間	ヨガ/fine PILATES SlimUP ABS	Z-180	ラダーBee 青竹ウォーク Fighting ステップ	プール	ラファ ホットスタジオ	ナタラージャ The FirstStep ♪MUSIC♪ SHAPE UP
定員 81名	定員 50名	定員 42名	定員 45名	定員 36名	定員 21名	定員 20名

道具を使用しないプログラムは、後方に当日枠を設けております。

23:00 閉館（トレーニングは22:50終了）

HOLIDAY SPORTS CLUB