

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岡山

| | 月 | | | 水 | | | 木 | | | 金 | | | 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 | fine PILATES 11:00 (45) 福田 | | 時の香り 10:45 (45) 藤井 | PICK UP アイタボティ 11:00 (45) 磯村友 | | | 春のハタヨガ 11:00 (45) 生本 | | ほっとパーシク 10:45 (45) 辰巳 | 股関節ほぐし YOGA 11:00 (45) 古川 | | ZUMBA 10:30 (45) 磯村友 | | ホットで とろけるストレッチ 10:30 (45) 箕岡 | | | | |
| 12:00 | TARGET ABS 12:00 (45) 磯村 | | | TARGET HIP 12:00 (30) 磯村友 | | | ZUMBA 12:00 (45) 磯村友 | HITWAVE 12:00 (30) 林 | | バランスボール 12:00 (30) 箕岡 | かんたんアクア 12:00 (45) 磯村友 | | EJ Light 11:30 (45) 八木 | | Hot FLORIC 12:00 (45) 磯村友 | FLORIC 12:00 (45) 八木 | Coreマイ7 12:00 (45) 久保田 | |
| 13:00 | LAOER Bee 13:00 (45) 磯村 | | | PICK UP FLORIC 13:00 (45) 磯村友 | | | BOXING Yellow 13:00 (45) 八木 | | | PICK UP アイタボティ 13:00 (45) 藤井 | AQUAWALK 12:50 (30) 磯村友 | | | | | | かんたんアクア 13:00 (45) 八木 | ほっとパーシク 13:15 (45) 辰巳 |
| 14:00 | | 水中シェイプ 14:00 (30) 八木 | Sun&Moon 14:00 (45) 磯村友 | EJ Light 14:00 (45) 磯村 | | | | | ホットで とろけるストレッチ 14:00 (45) 磯村友 | ZUMBA 14:00 (45) 藤井 | | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19:00 | PICK UP FLORIC 18:45 (45) 磯村友 | | Coreマイ7 18:15 (45) 箕岡 | TARGET ABS 18:45 (45) 磯村 | | WDesign 18:45 (45) 八木 | fine PILATES 19:00 (45) 大倉 | | ホットで とろけるストレッチ 18:45 (45) 八木 | BOXING BLUE 19:00 (45) 磯村 | | ZUMBA 19:00 (45) 磯村 | | | | | | |
| 20:00 | EJ Light 19:45 (45) 磯村友 | | ほっとパーシク 19:30 (45) 奥山 | BOXING RED 19:45 (45) 八木 | | | BOXING CMP 20:00 (45) 磯村 | | | 股関節ほぐし YOGA 20:00 (45) 奥山 | TARGET AQUA 20:00 (45) 磯村 | | Z-180 20:00 (45) 磯村 | | | | | |
| 21:00 | ZUMBA 20:45 (45) 宍倉 | | My Music Feel Yoga (BASIC) 21:00 (45) 磯村友 | fine PILATES 20:45 (45) 八木 | | ホットで とろけるストレッチ 20:45 (45) 箕岡 | | | 時の香り 20:15 (45) 大倉 | | | | | | | | | |
| 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)**

GW営業案内
 5月

| | | | | | |
|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 2日 (土) | 3日 (日) | 4日 (月) | 5日 (火) | 6日 (水) | 7日 (木) |
| 通常営業 | 特別営業 | 特別営業 | 特別営業 | 特別営業 | 通常営業 |
| 10-23時 | 10-19時 | 10-19時 | 10-19時 | 10-23時 | 10-23時 |

5月3日、4日、6日は会員種別により、時間外利用料 550円/回 (税込) でご利用いただけます。

| | |
|-------------------------|-------------------|
| スタジオ 45分間 | 定員 67 名 |
| ヨガ fine PILATES | 定員 50 名 |
| Z180 ラダーBee ターゲットHIP | 定員 44 名 |
| バランスボール | 定員 35 名 |
| プール | 定員 34 名 |

オンライン
 予約開始日時は
 毎月**26日**
 19:00
となります

19:00 閉館 (トレーニングは18:50終了)

表示内容

| |
|----------|
| プログラム名 |
| 開始時間 担当者 |

TOPIC 4月2日(木)は全社員研修のため、特別休館日とさせていただきます。5月5日(火祝)が特別営業(10:00~19:00)となります。

23:00 閉館 (トレーニングは22:50終了)