

2026年5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	Z180 ZONE 11:00 (45) 田中			ほっとベーシック 10:30 (45) 村上			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) 須和部	時の香り 10:45 (45) 望月	ZUMBA FITNESS 11:00 (45) 村上			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 FITNESS 12:00 (45) 田中			SoundUP 11:45 (45) 村上	Fighting ステップ 12:00 (30) 須和部	HITWAVE 12:00 (30) 原田		股関節ほぐし YOGA 12:00 (45) 望月	BURNING 12:00 (45) 須和部		fine PILATES 12:00 (45) 望月	ZABOON!!! 12:00 (30) 原田	春のハタヨガ 12:00 (45) 望月	かんたんアクア 12:00 (45) 村上		ほっとベーシック 12:00 (45) 望月	fine PILATES 12:00 (45) 望月	HITWAVE 12:00 (30) 瀧本		
13:00	EJ Light 13:00 (45) 村上				ZUMBA FITNESS 13:00 (45) 藤澤			DOMINANT BREAKFAST YOGA 13:00 (45) 須和部			TARGET Kicks BURNING 13:00 (45) 須和部		EJ Light 13:00 (45) 村上			ほっとエナジー 13:00 (45) 望月	DOMINANT BREAKFAST CMP 13:00 (45) 渡邊			
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						ヒーリング 14:00 (30)	
15:00				赤 Z-180 ステップ 定員 40名	緑 HIP 定員 42名								LIVE From 安城 FLORIC 15:15 (45) 新美							
16:00				白 ヨガ ピラティス ラダーBee 定員 48名	プール 定員 40名					ヒーリング 17:00 (30)									スタジオ・ほっと 予約 受付開始日時 毎月25日 20:00-	
17:00										ヒーリング 17:00 (30)										ヒーリング 17:00 (30)
18:00																				
19:00	DOMINANT BREAKFAST BLUE 19:15 (45) 渡邊			ほっとエナジー 19:00 (45) 望月	Z180 ZONE 19:15 (45) 田中		ほっとベーシック 19:00 (45) 小泉	Fighting ステップ 18:30 (30) 藤澤	LAOER Bee 19:15 (45) 藤澤		DOMINANT BREAKFAST RED 19:15 (45) 須和部	ナタラシ 19:00 (45) 小泉	TARGET Kicks BURNING 19:15 (45) 渡邊			りらくヨガ 19:00 (45) 平野				日・祝 19:00 閉館 (トレーニングは18:50終了)
20:00	EJ Light 20:15 (45) 江崎			時の香り 20:15 (45) 望月	DOMINANT BREAKFAST CMP 20:15 (45) 渡邊		ほっとエナジー 20:15 (45) 小泉	ZUMBA FITNESS 20:15 (45) 藤澤		ヒーリング 20:00 (30)	股関節ほぐし YOGA 20:15 (45) 小泉	Coreメイ 20:15 (45) 瀧本	DOMINANT BREAKFAST BLUE 20:15 (45) 渡邊							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。 当日プレートをお取りいただくか 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。
21:00																				

22:00 閉館 (トレーニングは21:50終了)

2026年5月 ゴールデンウィークプログラムスケジュール ホリデイスポーツクラブ焼津

5/1(金)			5/2(土)			5/3(日・祝)			5/4(月・祝)			5/5(火・祝)			5/6(水・祝)		
スタジオ	プール	ラフア	スタジオ	プール	ラフア	スタジオ	プール	ラフア	スタジオ	プール	ラフア	スタジオ	プール	ラフア	スタジオ	プール	ラフア
10:00																	
11:00					ほっとベーシック			ヒーリング			ほっとベーシック			りらくヨガ			ヒーリング
	11:00 (45) 藤澤・須和部		11:00 (45) 村上		10:45 (45) 望月	11:00 (45) 望月	11:00 (45) 渡邊	11:00 (30)	11:00 (45) 田中		10:30 (45) 村上	11:00 (45) 藤澤		10:45 (45) 原田	11:00 (45) 望月		11:00 (30)
12:00				かんたんアクア													
	12:00 (45) 藤澤・須和部		12:00 (45) 望月	12:00 (45) 村上		12:00 (45) 望月			12:00 (45) 田中		11:45 (45) 村上	12:00 (30) 須和部	12:00 (30) 原田		12:00 (45) 望月	12:00 (45) 須和部	
13:00					ほっとエナジー												
			13:00 (45) 村上		13:00 (45) 望月	13:00 (45) 渡邊			13:00 (45) 村上			13:00 (45) 藤澤			13:00 (45) 須和部		
14:00								ヒーリング						ほっとベーシック			ヒーリング
								14:00 (30)						14:00 (45) 藤澤	14:00 (30) 須和部		14:00 (30)
15:00																	
16:00																	
17:00								ヒーリング									ヒーリング
								17:00 (30)									17:00 (30)
18:00																	
19:00	日・祝 19:00 閉館 (トレーニングは18:50終了) ご確認ください																
					りらくヨガ												
			19:15 (45) 渡邊		19:00 (45) 平野												
20:00	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。 当日プレートをお取りいただくか 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。																
			20:15 (45) 渡邊														
21:00																	

青 スタジオ 定員 71名

赤 Z-180 ステップ 定員 40名

白 ヨガ ピラティス ラダーBee 定員 48名

緑 HIP 定員 42名

プール 定員 40名

スタジオ・ほっと 予約 受付開始日時 毎月25日 20:00-

5月3日、4日、5日、6日は会員種別により**時間外利用料**が必要です。

通常 1,100円/日

特別価格 **550円/日** にご利用できます

22:00 閉館 (トレーニングは21:50終了)