

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磐田

	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
10:00	ZUMBA FITNESS 10:30 (45) 高橋			Excite 10:30 (45) 松本	プールdeダンス 10:30 (45) 原田		FLORIC 10:30 (45) 高橋			BOXING 10:30 (45) 後藤		ZUMBA FITNESS 10:30 (45) 木下ま					
11:00	ランランエアロ 11:30 (45) 飯田			腰痛改善 ストレッチ 11:30 (45) 松本		EJ Light 11:30 (45) 藤澤ゆ		アンチエイジングヨガ 11:30 (45) 高橋		やさしい くびれ&美尻トレ 11:45 (45) 木下み		ランランエアロ 11:30 (45) 松本		Sound UP 11:30 (45) 木下ま		EJ Light 11:00 (45) 木下ま	
12:00	BURNING 12:30 (45) 藤澤ゆ	かんたんアクア 12:45 (45) 飯田	ほっとベーシック 13:00 (45) 松下	ZUMBA FITNESS 13:00 (45) 藤田		ウェープリング 12:45 (45) 原田	ZABOON!!! 12:30 (30) 後藤		春のハタヨガ 11:30 (45) 松下		整えるヨガ 12:45 (45) 松下	バランスボール 12:30 (45) 松本		Core×イ 12:30 (45) 後藤		Z180 12:00 (45) 木下ま	
13:00						マーソヨガ 14:00 (45) 藤田	水中シェイプ 13:15 (30) 白井		ZUMBA FITNESS 13:00 (45) 木下み	ZABOON!!! 13:00 (30) 後藤						Fighting ステップ 13:00 (30) 木下ま	
14:00	春のハタヨガ 14:00 (45) 松下								ステップ30 14:00 (30) 松下		腸活ヨガ 14:00 (45) 水谷						
15:00																	
16:00																	
17:00																	
18:00																	
19:00	LAOER Bee 19:15 (45) 藤澤ゆ	水中ダンベル 19:15 (30) 鈴木あ	腸活ヨガ 19:00 (45) 水谷	Fighting ステップ 18:45 (30) 木下ま					ZUMBA FITNESS 19:00 (45) 藤澤ゆ	HITWAVE 19:15 (30) 小澤	Core×イ 19:00 (45) 後藤	BURNING 19:00 (45) 後藤					
20:00	BOXING 19:15 (45) 木下ま			Z180 19:30 (45) 木下ま					骨盤ヨガ 19:00 (45) 水谷								
21:00				BLUE 20:30 (45) 後藤		Sound UP 20:30 (45) 木下ま	水中ダンベル 20:15 (30) 鈴木あ		腸活ヨガ 20:00 (45) 水谷	水中ダンベル 20:00 (30) 吉岡	リラックスヨガ 20:00 (45) 水谷						
22:00			時の香り 21:15 (45) 藤澤ゆ														



WEB予約受付スタート
4月25日(土)21:00~

友だち登録で 紙が不要
プログラムスケジュールや代行案内を
スマホでいつでもチェック!

友だち登録方法
QRコード・店舗名検索の
2種類で友だち登録ができます

店舗名: ホリデイスポーツクラブ

日・祝 19:00 閉館
(トレーニングは18:50終了)

ご確認ください
ホリデイスポーツクラブ
磐田

TEL 0538-33-0223
〒438-0045
静岡県磐田市上岡田1-1

いつでもお得な紹介特典
ございます。

23:00 閉館 (トレーニングは22:50終了)