2026年6月 プログラムスケジュール

ホリデイスポーツクラブ熊本北

	月 スタジオ	月 プール	火 スタジオ	火 プール	水 スタジオ	水 プール	木 スタジオ	木 プール	土 スタジオ	土 プール	日 スタジオ
10:00	EJ☆Light 10:30 (45) 新平	水中ダンベル 10:30 (30) 木村	FLORIC フローリック 10:30 (45) 原田千恵	HIITWAVE 10:30 (30) 貝島	BOXING BEAST Yellow 10:30 (45) 島本	かんたんアクア 10:30 (45) 吉田	TARGET ABS 10:30 (45) 髙橋	かんたんアクア 10:30 (45) 小倉	ZUMBA FITNESS 11:00 (45) 坂井	かんたんアクア 10:30 (45) 吉田	EJ☆Light 10:30 (45) 髙橋
11:00	BOXING BEAST CMF ワークアウト 11:30 (45) 新平		ZUMBA FITNESS 11:30 (45) 博田		ランランエアロ 11:30 (45) 野田	HIITWAVE 11:30 (30) 内田	夏のハタヨガ 11:30 (45) 原田千恵		Z180 12:00 (45) 吉田	水中ダンベル 11:30 (30) 木村	TARGET ABS 11:30 (45) 髙橋
12:00	フィーダボディ 12:30 (45) 小倉		LADER Bee ラダービー 12:30 (45) 博田		バランスボール 12:30 (30) 木村		青竹ウォーク 12:30 (30) 貝島		fine PILATES 13:00 (45) 今村		ZUMBA FITNESS 12:30 (45) 島本
13:00	ZUMBA FITNESS 13:30 (45) 髙橋	ミットアクア 13:30 (45) 小倉	ランランエアロ 13:30 (45) 森山		骨盤ほぐしYOGA 13:15 (45) 今村	AQUA KICK BOXING 13:00 (45) 髙橋	ZUMBA FITNESS 13:15 (45) 新平	かんたんアクア 13:00 (45) 吉田	TARGET ABS 14:00 (45) 島本		
14:00	Z180 14:30 (45) 吉田		ZUMBA FITNESS 14:30 (45) 森山		BOXING BEAST Yellow 14:15 (45) 吉田		EJ☆Light 14:15 (45) 新平				
15:00											
16:00											
17:00											
18:00											
19:00											
20:00	ZUMBA FITNESS 20:00 (45) 坂井		BOXING BEAST BLUE ファイト 20:00 (45) 島本	AQUA KICK BOXING 20:00 (45) 髙橋	TARGET ABS 20:00 (45) 髙橋	水中ダンベル 20:00 (30) 澤井	ZUMBA FITNESS 20:00 (45) 博田	水中ダンベル 20:00 (30) 山本	ZUMBA FITNESS 20:00 (45) 池側		
21:00	BOXING BEAST パーティー RED 21:00 (45) 髙橋		EJ☆Light 21:00 (45) 島本		BOXING BEAST BLUE ファイト 21:00 (45) 堀内		FLORIC フローリック 21:00 (45) 原田理絵		fine PILATES 21:00 (45) 岩永		
22:00											
23:00											

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 熊本北

19:00 閉館
(トレーニングは18:50終了)

ご確認ください。
表示内容
プログラム名
開始時間 担当者
HOLIDAY SPORTS CLUB

スタジオ予約受付開始日時	毎月26日 19:00-
スタジオ45分間	定員 92名
ヨガ ピラティス	定員 60名
Z-180 ステップ30 ラダーBee ターゲットHIP	定員 45名
バランスボール Slim ABS PACK ABS	定員 35名
プール	定員 40名

23:00 閉館 (トレーニングは22:50終了)