

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市原五井

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 土 | 日 |
|--|------|------|------|------|------|------|
| | スタジオ | スタジオ | スタジオ | スタジオ | スタジオ | スタジオ |

10:00

10:00

11:00

11:00

12:00

12:00

13:00

13:00

14:00

14:00

15:00

15:00

16:00

16:00

17:00

17:00

18:00

18:00

19:00

19:00

20:00

20:00

21:00

21:00

22:00

22:00

| | | | | | | |
|--|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| | | | | | | |
| | 11:00 (45) 吉峯 | 11:00 (45) 田中 | 11:00 (45) 熊谷 | 11:00 (45) 深作 | 11:00 (45) 松田 | 11:00 (45) 松田 |
| | | | | | | |
| | 12:15 (45) 吉峯 | 12:15 (45) 廣瀬 | 12:15 (45) 松田 | 12:00 (45) 深作 | 12:00 (45) 松田 | 12:15 (45) 松田 |
| | | | | | ランランエアロ | |
| | 13:30 (45) 松田 | 13:30 (30) 廣瀬 | 13:30 (45) 松田 | 13:00 (45) 深作 | 13:00 (45) 中野 | 13:30 (45) 館野 |
| | | | | | | |
| | | | 14:30 (45) 館野 | | 14:00 (45) 松田 | 14:30 (30) 吉田 |

スタジオ予約
受付開始日時 毎月24日 20:00-

スタジオ 定員 68名
45分間

ラダービー 定員 45名
Z-180
6PAC ABS
Fighting ステップ

ヨガ 定員 52名
fine PILATES

TARGET HIP 定員 34名
足楽体操

6月 START
ターゲットアブス
TARGET ABS
ウエスト
Shape
ウエストシェイプ
ウエストにメリハリ!

| | | | | | | |
|--|---------------|---------------|---------------------------------|---------------|---------------|--|
| | | | | | | |
| | 19:15 (45) 中島 | 19:15 (45) 田中 | 19:15 (45) 松田 | 18:30 (30) 吉田 | 18:30 (30) 吉田 | |
| | | | | | | 19:00 閉館 (トレーニングは 18:50終了) |
| | 20:15 (45) 松田 | 20:15 (45) 石川 | 20:15 (30) 松田 4.5.6月限定プログラム! | 19:15 (45) 吉峯 | 19:15 (45) 松田 | |
| | | | | | | 下記のQRコードから LINEお友達登録で プログラムスケジュールや 代行情報を いつでもチェック! |
| | | | | 20:15 (45) 松田 | 20:15 (45) 館野 | |



23:00 閉館 (トレーニングは 22:50 終了)

HOLIDAY SPORTS CLUB