

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防府

	月		火		水		木		土		日	
	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
10:00	10:30 (45) 佐々		10:30 (45) 青木		10:30 (45) 佐野		10:30 (45) 別所		10:30 (45) 湯川		10:30 (45) 佐々	
11:00	11:45 (45) 湯川		11:45 (45) 青木	11:30 (30) 佐藤	11:45 (30) 湯川		11:45 (30) 佐藤	11:30 (45) 湯川	11:45 (45) 別所		11:45 (45) 吉田	
12:00	13:00 (45) 佐野	13:15 (45) 湯川	13:00 (45) 湯川		13:00 (45) 湯川		13:00 (45) 吉田		13:00 (45) 湯川	13:00 (30) 佐々	13:00 (45) 佐々	Type-A
13:00	14:15 (45) 佐々		14:15 (30) 湯川		14:15 (45) 木村	14:00 (45) 吉田	14:15 (45) 吉田	Type-B	14:15 (45) 湯川			
14:00												
15:00												
16:00												
17:00												
18:00												
19:00	19:00 (45) 木村		19:00 (45) 青木		19:00 (45) 木村		19:00 (45) 吉田		19:00 (45) 吉田			
20:00	20:00 (45) 吉田		20:00 (45) 青木		20:00 (45) 吉田		20:00 (45) 佐々		20:00 (45) 佐々			
21:00	21:00 (45) 吉田		21:00 (45) 佐々		21:00 (45) 吉田		21:00 (45) 佐々					
22:00	Information ①		Information ②				Information ③					
	スタジオ予約 毎月24日 受付開始日時 19:00~		プールプログラムの定員に関しまして 23名までは2コースでの実施 24名以上から3コースで実施させていただきます				プログラム・その他の問い合わせがありましたらお気軽にご連絡ください ホリデイスポーツクラブ防府 TEL:0835-27-0770					

スタジオ 45分間	定員	76名
ヨガ ファインピラティス 6PACK・SlimUP ABS	定員	57名
Z-180 ラダービー ターゲットHIP	定員	45名
バランス ボール	定員	35名
プール	定員	35名

19:00 閉館
(トレーニングは18:30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



23:00 閉館 (トレーニングは22:30終了)