

【ベルスポ足立花畑店】2024年2月祝日スケジュール

時間	2月12日(月) ~ 建国記念日振替休日 ~			2月23日(金) ~ 天皇誕生日 ~		
	Main Studio	BelGarden	Cycling Studio	Main Studio	BelGarden	Cycling Studio
7:00						
8:00						
8:30		7:00~9:25 フリータイム			7:00~9:20 フリータイム	
8:45						
9:00						
9:15						
9:30		要予約30 指定			要予約30 指定	
9:45	9:45~10:45 ベルスポキッズ倶楽部 ラドキッズ 村山 さとみ	9:45~10:45 ホットピラティス 渡邊 由香		10:00~10:30 かんたんエアロビクス 島田 厚	9:40~10:25 ホット骨盤調整ヨガ 小島 満理子	
10:00						
10:15						
10:30						
10:45	要予約38 指定			要予約38 指定	要予約30 指定	
11:00	11:05~12:05 エアロビクス(中級) 久保田 温郎	11:10~11:55 ホットヨガ mayuko		10:50~11:35 ダンスエアロ 島田 厚	10:45~11:30 ホット美整体ヨガ 小島 満理子	11:10~11:40 トップライド 大熊 健太
11:15						
11:30						
11:45						
12:00	要予約38 指定	要予約30 指定		要予約36 指定		
12:15	12:25~13:10 メガダンス 高橋 愛	12:15~13:15 ホット骨盤調整ヨガ mayuko		11:55~12:40 ラディカルパワー 島田 厚		
12:30						
12:45						
13:00						
13:15	要予約36 指定					
13:30	13:30~14:15 エクストリーム55 高橋 愛		13:35~14:20 トップライド 栢山 猛		12:55~13:40 ろっ骨エクササイズ カキラザスツール 小泉 淳子	
13:45						
14:00						
14:15	要予約38 指定			14:20~14:50 体幹トレーニング 永吉 祐介	14:00~15:00 ろっ骨エクササイズ ホットカキラ 小泉 淳子	
14:30	14:35~15:35 ファイドウ 鳥居 美紗恵	13:30~16:30 フリータイム				
14:45						
15:00						
15:15						
15:30						
15:45	要予約38 指定			15:10~16:10 ユーバウンド 是枝 朱音		
16:00	15:55~16:55 ユーバウンド 鳥居 美紗恵					
16:15						
16:30						
16:45		要予約30 指定		16:30~17:30 ファイドウ 楢 千里		
17:00		17:00~17:45 ホットボディメイキング 片岡 梢				
17:15						
17:30						
17:45						
18:00		要予約30 指定		17:50~18:35 ユーバウンド 楢 千里		
18:15		18:05~19:05 ホットリンパケアヨガ 片岡 梢				
18:30						
18:45						
19:00						
19:15						
19:30						
19:45						
20:00		19:20~20:30 フリータイム				
20:15						
20:30						

祝日営業時間 7:00~21:00

※「要予約」レッスンのご参加には整理券が必要です。

◆アプリまたは当日スタジオパスよりご予約をお願いいたします。

◆ご予約いただいたレッスンへの参加をキャンセルされる場合には、必ずキャンセル手続きをお願いいたします。
キャンセル期限はレッスン開始時刻の60分前までとなります。60分前を超えた場合は無断キャンセルとさせていただきます。より多くの方にご参加いただけるよう皆様のご協力をお願いいたします。