

# 【ベルスポ足立花畑店】◆2025年10月祝日スケジュール◆

| 時間    | 10月13日(月)～スポーツの日～                   |                                         |                                                                               |
|-------|-------------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
|       | Main Studio                         | BelGarden                               | Cycling Studio                                                                |
| 7:00  |                                     |                                         |                                                                               |
| 7:30  |                                     |                                         |                                                                               |
| 8:00  |                                     |                                         |                                                                               |
| 8:15  |                                     | 7:00～9:20<br>フリータイム                     |                                                                               |
| 8:30  |                                     |                                         |                                                                               |
| 8:45  |                                     |                                         |                                                                               |
| 9:00  |                                     |                                         |                                                                               |
| 9:15  |                                     |                                         |                                                                               |
| 9:30  |                                     | 要予約31 指定                                |                                                                               |
| 9:45  | 要予約42 指定                            | 9:40～10:40<br>ホット美ボディコンディショニング<br>渡邊 由香 | ボールを使うことで、猫背や反り腰など、自分ではなかなか改善できない姿勢も簡単に矯正しながらエクササイズをすることができます。是非この機会にご参加ください。 |
| 10:00 | 10:00～10:45<br>ユーバウンド<br>鳥居 美紗恵     |                                         |                                                                               |
| 10:15 |                                     |                                         |                                                                               |
| 10:30 |                                     |                                         |                                                                               |
| 10:45 | 要予約42 指定                            | 要予約31 指定                                |                                                                               |
| 11:00 | 11:05～11:35<br>かんたんエアロビクス<br>久保田 温郎 | 11:00～11:45<br>ホットポールピラティス<br>渡邊 由香     | 11:05～11:50<br>トップライド<br>鳥居 美紗恵                                               |
| 11:15 |                                     |                                         |                                                                               |
| 11:30 |                                     |                                         |                                                                               |
| 11:45 | 要予約42 指定                            | 要予約31 指定                                |                                                                               |
| 12:00 | 11:55～12:55<br>エアロビクス(中級)<br>久保田 温郎 | 12:05～13:05<br>ホット骨盤調整ヨガ<br>mayuko      |                                                                               |
| 12:15 |                                     |                                         |                                                                               |
| 12:30 |                                     |                                         |                                                                               |
| 12:45 |                                     |                                         |                                                                               |
| 13:00 |                                     |                                         |                                                                               |
| 13:15 |                                     | 要予約31 指定                                |                                                                               |
| 13:30 |                                     | 13:25～14:10<br>ホットヨガ<br>mayuko          |                                                                               |
| 13:45 |                                     |                                         |                                                                               |
| 14:00 | 要予約42 指定                            |                                         |                                                                               |
| 14:15 | 14:20～15:20<br>オキシジェノ<br>片岡 梢       | 14:25～15:15<br>フリータイム                   |                                                                               |
| 14:30 |                                     |                                         |                                                                               |
| 14:45 |                                     |                                         |                                                                               |
| 15:00 |                                     |                                         |                                                                               |
| 15:15 |                                     |                                         |                                                                               |
| 15:30 | 要予約36 指定                            | 要予約31 指定                                |                                                                               |
| 15:45 | 15:40～16:25<br>エクストリーム55<br>Uma     | 15:40～16:40<br>ホットリンパケアヨガ<br>片岡 梢       |                                                                               |
| 16:00 |                                     |                                         |                                                                               |
| 16:15 |                                     |                                         |                                                                               |
| 16:30 | 要予約24                               |                                         |                                                                               |
| 16:45 | 16:45～17:45<br>キーマックス<br>Uma        |                                         |                                                                               |
| 17:00 |                                     |                                         |                                                                               |
| 17:15 |                                     |                                         |                                                                               |
| 17:30 |                                     |                                         |                                                                               |
| 17:45 |                                     | 16:55～20:30<br>フリータイム                   |                                                                               |
| 18:00 |                                     |                                         |                                                                               |
| 18:15 |                                     |                                         |                                                                               |
| 18:30 |                                     |                                         |                                                                               |
| 18:45 |                                     |                                         |                                                                               |
| 19:00 |                                     |                                         |                                                                               |
| 19:15 |                                     |                                         |                                                                               |
| 19:30 |                                     |                                         |                                                                               |
| 19:45 |                                     |                                         |                                                                               |
| 20:00 |                                     |                                         |                                                                               |
| 20:15 |                                     |                                         |                                                                               |
| 20:30 |                                     |                                         |                                                                               |
| 20:45 |                                     |                                         |                                                                               |

祝日営業時間 7:00～21:00 【スタッフ常駐時間】フロント7:00～19:00、ジム10:00～21:00

## ※重要※キャンセルポリシーに関するご案内

- ・レッスン開始 60 分前まで : キャンセル料無料
  - ・レッスン開始の 60 分前から開始時刻まで : キャンセル料 330 円(税込) ※アプリ内のクレジット決済のみとさせていただきます。
  - ・レッスン開始時刻までにキャンセル手続きをされなかった場合: 無断キャンセル料 550 円(税込)
- ※ご来館時にフロントにてお声がけいたしますので、その場でご精算をお願いいたします。  
より多くのお客様にご参加いただけるよう、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。