

【ベルスポ足立花畑店】 ◆2026年GW祝日スケジュール①◆

時間	4月29日(水) 昭和の日			5月4日(月) みどりの日		
	Main Studio	BelGarden	Cycling Studio	Main Studio	BelGarden	Cycling Studio
7:00						
8:00						
8:15	7:00~9:05 フリータイム	7:00~9:25 フリータイム		7:00~9:15 フリータイム	7:00~9:15 フリータイム	
8:30						
8:45						
9:00						
9:15						
9:30	要予約42 指定	要予約31 指定		要予約42 指定	要予約31 指定	
9:45	9:35~10:35 フラダンス 山井 裕子	9:45~10:30 ろっ骨エクササイズ 温カキラ 小泉 淳子		9:45~10:30 オキシジェノ 片岡 梢	9:35~10:35 ホット美ボディ コンディショニング 渡邊 由香	
10:00						
10:15						
10:30	要予約42 指定	要予約31 指定		要予約42 指定	要予約31 指定	
10:45	10:55~11:55 ファイトウ 鳥居 美紗恵	10:50~11:35 ろっ骨エクササイズ 代謝アップ温カキラ 小泉 淳子		10:50~11:35 ボディメイキング 片岡 梢	10:55~11:40 ホットボールピラティス 渡邊 由香	10:40~11:40 トップライド 鈴木 悠
11:00						
11:15						
11:30						
11:45				要事前予約42 指定	要予約31 指定	
12:00	要予約36 指定	要予約31 指定		12:00~13:10 【有料】メガダンス 鈴木 悠 ※詳細は別紙をご覧ください。	12:00~13:00 ホット骨盤調整ヨガ mayuko	
12:15	12:15~13:00 ラディカルパワー 鳥居 美紗恵	12:05~12:50 温Ba. コンディショニング 山下 光子				
12:30						
12:45						
13:00	要予約42 指定	要予約31 指定		要予約42 指定	要予約31 指定	
13:15	13:20~14:20 ジャズダンス EMI	13:10~14:00 温Ba.メソッド 山下 光子	13:25~14:10 トップライド 鳥居 美紗恵 ※プレミアムリザーブ対象	13:30~14:15 ファイトウ RITO	13:20~14:05 ホットヨガ mayuko	
13:30						
13:45						
14:00						
14:15						
14:30	要予約30	要予約31 指定		要予約42 指定		
14:45	14:40~15:40 バレエ EMI	14:50~15:35 温セルフ コンディショニング 西岡 布裕		14:35~15:20 ユーバウンド RITO		
15:00						
15:15						
15:30						
15:45	要予約42 指定			要予約42 指定		
16:00	16:00~16:45 ユーバウンド 西岡 布裕			15:40~16:25 姿勢改善ヨガ 北川 美奈子		
16:15						
16:30						
16:45	要予約42 指定					
17:00	17:05~17:50 ファイトウ 西岡 布裕					
17:15						
17:30						
17:45						
18:00		15:55~20:30 フリータイム				
18:15						
18:30						
18:45						
19:00	~GW限定 プレミアムリザーブ特別キャンペーン~ 4/27(月)~5/10(日)の2週間限定 通常1枠までの予約が 2枠まで利用可能 になります！ぜひご利用ください♪ ※ご自身の都合によるキャンセルによる返金はいたしかねます。予めご了承ください。					
19:15						
19:30						
19:45						
20:00						
20:15						
20:30						

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

●キャンセルポリシーに関するご案内(※有料レッスンは対象外)

- ・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。

※5月3日(日)は通常通りのスケジュールとさせていただきます。

【ベルスポ足立花畑店】◆2026年5月祝日スケジュール②◆

時間	5月5日(火) こどもの日			5月6日(水) 振替休日		
	Main Studio	BelGarden	Cycling Studio	Main Studio	BelGarden	Cycling Studio
7:00						
8:00		7:00~8:30 フリータイム			7:00~9:15 フリータイム	
8:15						
8:30	7:00~9:30 フリータイム	要予約31 指定				
8:45		8:50~9:35 ホット骨盤調整ヨガ 片岡 梢				
9:00						
9:15						
9:30	要予約42 指定	要予約31 指定		要予約42 指定	要予約31 指定	
9:45	9:45~10:45 ズンバ 木村 真由美	9:55~10:40 ホットヨガ 片岡 梢		9:35~10:35 フラダンス 山井 裕子	9:45~10:30 ろっ骨エクササイズ 温カキラ 小泉 淳子	
10:00						
10:15						
10:30						
10:45	要予約42 指定	要予約31 指定		要予約42 指定	要予約31 指定	
11:00	11:05~11:50 オキシジェノ 片岡 梢	11:00~11:45 ホットフローヨガ 梅澤 蘭野	11:05~11:50 トップライド 三浦 剛	10:55~11:55 ユーバウンド 鳥居 美紗恵	10:50~11:35 ろっ骨エクササイズ 代謝アップ温カキラ 小泉 淳子	
11:15						
11:30						
11:45						
12:00	要事前予約42 指定	要予約31 指定	※プレミアムリザーブ対象		要予約31 指定	
12:15	12:10~13:20 [有料]ファイドウ 三浦 剛&RITO	12:05~13:05 ホット姿勢改善ヨガ 梅澤 蘭野		要予約21	12:05~12:50 温Ba. コンディショニング 山下 光子	
12:30				12:15~13:00 キーマックス 鳥居 美紗恵		
12:45	※詳細は別紙をご覧ください。					
13:00						
13:15						
13:30	要予約36 指定			要予約42 指定	要予約31 指定	
13:45	13:45~14:30 エクストリーム55 RITO			13:20~14:20 ジャズダンス EMI	13:10~14:00 温Ba.メソッド 山下 光子	13:40~14:25 フリースタイル サイクル 西岡 布裕
14:00						※プレミアムリザーブ対象
14:15						
14:30						
14:45	要予約42 指定			要予約30	要予約31 指定	
15:00	14:50~15:35 ユーバウンド 楯 千里			14:40~15:40 バレエ EMI	14:50~15:35 温セルフ コンディショニング 西岡 布裕	
15:15						
15:30						
15:45	要予約36 指定			要予約42 指定		
16:00	16:00~16:45 ラディカルパワー 楯 千里			16:00~17:00 ファイドウ 西岡 布裕		
16:15						
16:30		13:20~20:30 フリータイム				
16:45						
17:00						
17:15						
17:30						
17:45						
18:00						
18:15						
18:30						
18:45						
19:00						
20:00						
20:15						
20:30						

~GW限定 | プレミアムリザーブ特別キャンペーン~
 4/27(月)~5/10(日)の2週間限定
 通常1枠までの予約が 2枠まで利用可能 になります！ぜひご利用ください♪
 ※ご自身の都合によるキャンセルによる返金はいたしかねます。予めご了承ください。

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

●キャンセルポリシーに関するご案内(※有料レッスンは対象外)
 ・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。 ※5月3日(日)は通常通りのスケジュールとさせていただきます。