



Will茜部

プログラム週間予定表

2025年5月～

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日		
スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	
10:30~11:15		10:30~11:15		10:30~11:15		10:30~11:15		10:15~11:00		10:30~11:15		10:30~11:15		
バレトン45 山本 泉	10:30~21:30 筋トレマシン ガイダンス ※要予約	ヨガ45 吉田 美佐子	10:30~21:30 筋トレマシン ガイダンス ※要予約	バレトン45 菅原 由佳	10:30~21:30 筋トレマシン ガイダンス ※要予約	ピラティス45 吉田 美佐子	10:30~21:30 筋トレマシン ガイダンス ※要予約	17:00~18:00 I70t^k初級45 内海 可子	10:30~21:30 筋トレマシン ガイダンス ※要予約	バラエティ45	10:30~19:30 筋トレマシン ガイダンス ※要予約	BAILABAILA 後藤 清美	終日無人営業	
11:30~12:15		11:30~12:15		11:30~12:15		11:30~12:15		11:30~12:00 B-RAMP 吉田 美佐子 12:15~13:15		11:15~12:00 ZUMBA 内海 可子		11:30~12:15		11:30~12:15
I70t^k初級45 山本 泉		SHAPE×BOX45 小林 美幸		Dance Fit 山本 泉		12:30~13:00 POWER×BOX 小林 美幸		12:15~12:45 ADJUST×BOX 小林 美幸		12:30~13:00 ADJUST×BOX 小林 美幸		13:00~14:00		ヨガ45 川添 樹璃杏
12:30~13:00 ADJUST×BOX 古田 瑞穂		12:30~13:15 CHOREOLOGY 佐藤 瞳		12:30~13:00 POWER×BOX 小林 美幸		13:15~14:15		13:00~14:00		13:00~14:00		13:00~14:00		
13:30~14:30		13:30~14:15		13:15~14:15		ヨガ60 福田 美紀		13:45~14:15 I70t^k初級 北村 真紀		13:00~14:00 Dance Fit 山本 泉		13:00~14:00		
sqa lion 大橋 良美		BAILABAILA 後藤 清美		ヨガ60 福田 美紀		14:30~15:15		14:30~15:15		14:00~14:45		14:00~14:45		
14:45~15:30		14:30~15:30		15:30~16:15 (有料) ダイエット スクール		14:30~15:15		14:30~15:15		Rm RITMOS 反中 由加理		14:00~14:45		
ZUMBA 大橋 良美		sqa lion Satomin		15:30~16:15 (有料) ダイエット スクール		ZUMBA 北村 真紀		ZUMBA 北村 真紀		Rm RITMOS 山本 泉		15:00~15:50 未来70t^kアカデミー (キッズ)		
18:00~18:45 (有料) ダイエット スクール		シェイプタイム		18:00~18:45 (有料) ダイエット スクール		15:30~16:15 (有料) ダイエット スクール		15:30~16:15 (有料) ダイエット スクール		15:00~15:50 筋トレマシン ガイダンス ※要予約		15:00~15:50 筋トレマシン ガイダンス ※要予約		
19:30~20:15		19:30~20:15		19:30~20:15		19:30~20:15		19:30~20:15		19:30~20:30		19:30~20:30		
バラエティ	sqa lion 北村 真紀	19:30~20:15	パワーヨガ45 森 幸子	19:30~20:15	ヨガ60 吉田 美佐子	19:30~20:30								
20:30~21:00 POWER×BOX 小林 美幸	20:30~21:15	20:30~21:30	20:30~21:30	20:30~21:15	20:45~21:30	20:45~21:30								
	ZUMBA 北村 真紀	20:30~21:30	BAILABAILA 森 幸子	20:30~21:15	ZUMBA 大橋 良美	20:45~21:30								

4ミニッツとは「20秒間の高強度運動」×「10秒間の休憩」を4分間繰り返すトレーニングです。

- 店舗所在地●
岐阜県岐阜市茜部本郷1-79
- 電話●
058-275-0051
- 営業時間●
6:00~0:00
- スタッフ対応時間●
月火水木金 10:00~22:00
土 10:00~20:30
祝 10:00~18:30

定員80名

レッスン入場
入場開始 10分前

※スタジオレッスンの途中入場途中退場は安全管理上ご遠慮ください。
※代行情報は、HPまたは館内掲示をご確認ください。