

ベイシアスポーツクラブ スタジオプログラム 【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					
	A Studio	B Studio	C Studio	HOT Studio	A Studio	B Studio	C Studio	A Studio	B Studio	C Studio	A Studio	B Studio	C Studio	HOT Studio	A Studio	B Studio	C Studio	HOT Studio	A Studio	B Studio	C Studio	HOT Studio	A Studio	B Studio	C Studio	HOT Studio		
10:00																												
10:30	10:15/45 HIRO ボディバランス 45	10:15/45 ひかり ZUMBA 45				10:15/45 Emi 朝ヨガ									10:15/45 HIRO ボディバランス 45	10:15/45 長 エンジョイ エアロ	※定員10名 10:15/30 狭野 THEストレッチ (有料 300円)		10:15/45 Cge ダンスをはじめよう!	10:15/45 大澤 コンビネーション エアロ	10:00/60 秋庭 キッズバレエ (小学3年生~)				10:15/60 スタジオレンタル ●1~5名 1h/2,000円 ●6~10名 1h/4,000円			
11:00																												
11:30	11:15/45 ひかり すっきりストレッチ	11:15/45 渡邊 MEGADANZ 45				11:15/45 立花 LesMills DANCE									11:15/45 HIRO ピラティス	11:15/45 大澤 オリジナル エアロ	11:00/90 狭野 室賀バレエ スクール (成人) 体験時要予約	有料レッスン 700円	11:20/40 大澤 中級エアロ	11:15/45 ひかり ボディジャム 45	11:05/60 Cge Cge Number (成人)							
12:00																												
12:30																												
13:00	12:45/45 ゆうあ K-POP	12:30/60 大澤 コンビネーション エアロ				12:15/45 立花 モムチャン フィットネス																						
13:30																												
14:00	14:00/60 minami Jazz	13:45/45 名塚 リトモス 45				13:15/60 松井 オリジナル エアロ																						
14:30																												
15:00																												
15:30																												
16:00																												
16:30																												
17:00																												
17:30																												
18:00																												
18:30																												
19:00																												
19:30	19:15/45 HIRO ボディバランス 45	19:15/45 Jon ボディパンプ 45 ※定員40名	19:15/30 狭野 THEストレッチ (有料 300円)			19:30/60 KATE HIPHOP									19:15/45 HIRO ボディバランス 45	19:15/45 渡邊 MEGADANZ 45			19:00/50 秋庭 キッズバレエ (幼児~小学2年生) 体験時要予約	9:00/60 川島 王統流空手道 (5歳~成人)	Critical-State's (成人)							
20:00																												
20:30	20:15/45 Mari ヨガ	20:15/45 ともや ボディコンバット 45																										
21:00	NEW HIPHOP																											
21:30																												
22:00																												
22:30																												
23:00	<p>■ 定員人数 Aスタジオ アクティブ系: 24名 ヨガ・ストレッチ系: 27名 Cスタジオ: 20名 HOTスタジオ: 16名 Bスタジオ エアロ・ステップ: 39名 ボディパンプ・LesMills CORE: 40名 その他: 50名</p> <p>■ 予約開始時間: 14日前の午前0時 ■ 予約締切: 1分前 ■ キャンセル締切: 1時間前 ■ 最大予約本数: 会員種別により異なります</p> <p>■ 有料レッスンは予約の際にクレジット決済となります ■ 短縮営業日は、閉館時間の1時間前に終了するレッスンまで実施となります</p>																<p>【5月営業スケジュール】</p> <p>■ 休館日: 9日(金)・25日(日)</p> <p>■ 短縮営業: 3日(土)~6日(火) 10:00~18:00</p>				<p>カテゴリー</p> <p>ストレッチ (筋トレ)</p> <p>カーディオ (有酸素)</p> <p>ダンス</p> <p>ダンスエクササイズ</p> <p>ヨガ・ストレッチ</p> <p>スモールカルチャー (レイアウトなし)</p> <p>有料レッスン (レイアウトあり)</p> <p>カルチャースクール (別途会費制)</p>				<p>スモールカルチャーとは?</p> <p>都度払いの有料クラスです</p> <p>クラスによって内容・料金は異なります</p> <p>各コース利用時間外のレッスンも参加可能です (時間外その他施設利用は不可)</p> <p>※料金の支払い方法は予約時に</p> <p>スマホでクレジット決済となります</p>			