

スタジオタイムテーブル

HAPPY HALLOWEEN

10/25(土)～10/31(金) 特別タイムテーブル

25日(土) ハロウィンマルシェ開催 11:00～16:00 田中まちなかハロウィン同時開催!!

13:00～パンプキンスープ振る舞い 13:30～フラダンス発表会

10/27(月)				10/29(水)				10/30(木)				10/31(金)				10/25(土)				10/26(日)			
第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	火	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	火	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	火	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	火	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	火	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	火
10:00			休館日				休館日				休館日				休館日				休館日				休館日
10:30～11:15 トータルバランス トレーニング 甘利彰子	10:30～11:00 機能改善体操 ♥ 斉藤しのぶ			10:30～11:15 仮装OK かんたん エアロ 大熊明美	10:30～11:15 ピラティス 小原洋子			10:30～11:15 仮装OK かんたん エアロ 大熊明美	10:30～11:15 仮装OK かんたん エアロ 大熊明美	10:30～11:15 仮装OK かんたん エアロ 大熊明美		10:30～11:15 仮装OK かんたん エアロ 大熊明美	10:30～11:15 仮装OK かんたん エアロ 大熊明美	10:30～11:15 仮装OK かんたん エアロ 大熊明美		10:30～11:15 仮装OK かんたん エアロ 大熊明美	10:30～11:15 仮装OK かんたん エアロ 大熊明美	10:30～11:15 仮装OK かんたん エアロ 大熊明美		10:30～11:15 仮装OK かんたん エアロ 大熊明美	10:30～11:15 仮装OK かんたん エアロ 大熊明美	10:30～11:15 仮装OK かんたん エアロ 大熊明美	
11:00			休館日	11:30～12:05 ストレッチ ボール ♥ 斉藤しのぶ	11:30～12:05 ストレッチ ボール ♥ 斉藤しのぶ			11:30～12:05 ストレッチ ボール ♥ 斉藤しのぶ	11:30～12:05 ストレッチ ボール ♥ 斉藤しのぶ	11:30～12:05 ストレッチ ボール ♥ 斉藤しのぶ		11:30～12:05 ストレッチ ボール ♥ 斉藤しのぶ	11:30～12:05 ストレッチ ボール ♥ 斉藤しのぶ	11:30～12:05 ストレッチ ボール ♥ 斉藤しのぶ		11:30～12:05 ストレッチ ボール ♥ 斉藤しのぶ	11:30～12:05 ストレッチ ボール ♥ 斉藤しのぶ	11:30～12:05 ストレッチ ボール ♥ 斉藤しのぶ		11:30～12:05 ストレッチ ボール ♥ 斉藤しのぶ	11:30～12:05 ストレッチ ボール ♥ 斉藤しのぶ	11:30～12:05 ストレッチ ボール ♥ 斉藤しのぶ	
12:00	11:40～12:25 アクティブ ストレッチ 倉崎直子		休館日	11:30～12:30 ZUMBA® 大熊明美	11:30～12:30 ZUMBA® 大熊明美			11:30～12:30 ZUMBA® 大熊明美	11:30～12:30 ZUMBA® 大熊明美	11:30～12:30 ZUMBA® 大熊明美		11:30～12:30 ZUMBA® 大熊明美	11:30～12:30 ZUMBA® 大熊明美	11:30～12:30 ZUMBA® 大熊明美		11:30～12:30 ZUMBA® 大熊明美	11:30～12:30 ZUMBA® 大熊明美	11:30～12:30 ZUMBA® 大熊明美		11:30～12:30 ZUMBA® 大熊明美	11:30～12:30 ZUMBA® 大熊明美	11:30～12:30 ZUMBA® 大熊明美	
13:00	12:35～13:20 仮装OK 走らない エアロ 大熊明美	13:00～13:45 筋トレ教室 初級 倉崎直子	休館日	12:50～13:50 ラテンエアロ 甘利彰子	12:50～13:50 ラテンエアロ 甘利彰子			12:50～13:50 ラテンエアロ 甘利彰子	12:50～13:50 ラテンエアロ 甘利彰子	12:50～13:50 ラテンエアロ 甘利彰子		12:50～13:50 ラテンエアロ 甘利彰子	12:50～13:50 ラテンエアロ 甘利彰子	12:50～13:50 ラテンエアロ 甘利彰子		12:50～13:50 ラテンエアロ 甘利彰子	12:50～13:50 ラテンエアロ 甘利彰子	12:50～13:50 ラテンエアロ 甘利彰子		12:50～13:50 ラテンエアロ 甘利彰子	12:50～13:50 ラテンエアロ 甘利彰子	12:50～13:50 ラテンエアロ 甘利彰子	
14:00	13:35～14:35 骨盤調整ヨガ 大熊明美		休館日	14:15～15:00 走らない エアロ 阿部紗織	14:15～15:00 走らない エアロ 阿部紗織			14:15～15:00 走らない エアロ 阿部紗織	14:15～15:00 走らない エアロ 阿部紗織	14:15～15:00 走らない エアロ 阿部紗織		14:15～15:00 走らない エアロ 阿部紗織	14:15～15:00 走らない エアロ 阿部紗織	14:15～15:00 走らない エアロ 阿部紗織		14:15～15:00 走らない エアロ 阿部紗織	14:15～15:00 走らない エアロ 阿部紗織	14:15～15:00 走らない エアロ 阿部紗織		14:15～15:00 走らない エアロ 阿部紗織	14:15～15:00 走らない エアロ 阿部紗織	14:15～15:00 走らない エアロ 阿部紗織	
15:00	14:50～15:20 ZUMBA GOLD chair 大熊明美		休館日	15:15～16:00 ピラティス 阿部紗織	15:15～16:00 ピラティス 阿部紗織			15:15～16:00 ピラティス 阿部紗織	15:15～16:00 ピラティス 阿部紗織	15:15～16:00 ピラティス 阿部紗織		15:15～16:00 ピラティス 阿部紗織	15:15～16:00 ピラティス 阿部紗織	15:15～16:00 ピラティス 阿部紗織		15:15～16:00 ピラティス 阿部紗織	15:15～16:00 ピラティス 阿部紗織	15:15～16:00 ピラティス 阿部紗織		15:15～16:00 ピラティス 阿部紗織	15:15～16:00 ピラティス 阿部紗織	15:15～16:00 ピラティス 阿部紗織	
16:00	このマークのあるレッスンは ゆうふるtanaka利用者ならどなたでも参加できます。 入館料650円+受講料200円で参加可。 月利用券の方はそのまま参加できます。		休館日																				
17:00			休館日																				
18:00			休館日																				
19:00	18:45～19:15 太極舞 掛川万紀子	18:30～19:15 筋膜リリース&ヨガ 後藤知子	休館日	18:30～19:15 仮装OK 走らない エアロ 掛川万紀子	18:30～19:15 仮装OK 走らない エアロ 掛川万紀子			18:30～19:15 仮装OK 走らない エアロ 掛川万紀子	18:30～19:15 仮装OK 走らない エアロ 掛川万紀子	18:30～19:15 仮装OK 走らない エアロ 掛川万紀子		18:30～19:15 仮装OK 走らない エアロ 掛川万紀子	18:30～19:15 仮装OK 走らない エアロ 掛川万紀子	18:30～19:15 仮装OK 走らない エアロ 掛川万紀子		18:30～19:15 仮装OK 走らない エアロ 掛川万紀子	18:30～19:15 仮装OK 走らない エアロ 掛川万紀子	18:30～19:15 仮装OK 走らない エアロ 掛川万紀子		18:30～19:15 仮装OK 走らない エアロ 掛川万紀子	18:30～19:15 仮装OK 走らない エアロ 掛川万紀子	18:30～19:15 仮装OK 走らない エアロ 掛川万紀子	
20:00	19:30～20:30 汗かき エアロ 掛川万紀子		休館日	19:30～20:00 仮装OK レスミルズ ダンス30 掛川万紀子	19:30～20:00 仮装OK レスミルズ ダンス30 掛川万紀子			19:30～20:00 仮装OK レスミルズ ダンス30 掛川万紀子	19:30～20:00 仮装OK レスミルズ ダンス30 掛川万紀子	19:30～20:00 仮装OK レスミルズ ダンス30 掛川万紀子		19:30～20:00 仮装OK レスミルズ ダンス30 掛川万紀子	19:30～20:00 仮装OK レスミルズ ダンス30 掛川万紀子	19:30～20:00 仮装OK レスミルズ ダンス30 掛川万紀子		19:30～20:00 仮装OK レスミルズ ダンス30 掛川万紀子	19:30～20:00 仮装OK レスミルズ ダンス30 掛川万紀子	19:30～20:00 仮装OK レスミルズ ダンス30 掛川万紀子		19:30～20:00 仮装OK レスミルズ ダンス30 掛川万紀子	19:30～20:00 仮装OK レスミルズ ダンス30 掛川万紀子	19:30～20:00 仮装OK レスミルズ ダンス30 掛川万紀子	
21:00			休館日	20:15～21:15 仮装OK ボディ コンバット 掛川万紀子	20:15～21:15 仮装OK ボディ コンバット 掛川万紀子			20:15～21:15 仮装OK ボディ コンバット 掛川万紀子	20:15～21:15 仮装OK ボディ コンバット 掛川万紀子	20:15～21:15 仮装OK ボディ コンバット 掛川万紀子		20:15～21:15 仮装OK ボディ コンバット 掛川万紀子	20:15～21:15 仮装OK ボディ コンバット 掛川万紀子	20:15～21:15 仮装OK ボディ コンバット 掛川万紀子		20:15～21:15 仮装OK ボディ コンバット 掛川万紀子	20:15～21:15 仮装OK ボディ コンバット 掛川万紀子	20:15～21:15 仮装OK ボディ コンバット 掛川万紀子		20:15～21:15 仮装OK ボディ コンバット 掛川万紀子	20:15～21:15 仮装OK ボディ コンバット 掛川万紀子	20:15～21:15 仮装OK ボディ コンバット 掛川万紀子	
22:00			休館日																				

スタジオプログラムにご参加の皆様へ

- ◆ 入場時、会員証・利用券をインストラクターにご提示下さい。
- ◆ 途中入退場は安全上ご遠慮下さい。
- ◆ インストラクターの都合により、プログラムが休講・変更になる場合がございます。その際はゆうふる公式アプリ、館内掲示板でご案内させていただきます。
- ◆ このマーク内の数字は人数制限のあるレッスンとなります。レッスン開始10分前にスタジオ入口にて整理券を配布致します。定員になり次第締め切らせて頂きます。ご了承下さい。

一太枠になっている部分は通常タイムテーブルとの変更部分です。
(仮装OKや特別プログラム枠)

☆3階 スポーツゾーンからのお知らせ

《マシンジム営業時間》10時00分～21時00分(日曜10時00分～18時00分) 定休日 毎週火曜日です。

スタジオプログラムの休講等のご案内は公式アプリ・HPでご覧いただけます。(QRコードは裏面です。)