

# 2026年10月～12月 フィットネススクールタイムスケジュール(有料)

|       | 火曜日                            | 水曜日                         | 木曜日                           | 金曜日                         | 土曜日                         | 日曜日                         |
|-------|--------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
|       | 第2スタジオ                         | 第2スタジオ                      | 第2スタジオ                        | 第2スタジオ                      | 第2スタジオ                      | 第2スタジオ                      |
| 10:00 |                                |                             | 9:45～10:45<br>ボディリメイク<br>川口貢志 |                             | 10:00～11:00<br>レベル3<br>安部宏希 | 9:45～10:45<br>レベル4<br>川口貢志  |
| 11:00 |                                |                             |                               |                             |                             | 11:00～12:00<br>レベル2<br>坂田勝映 |
| 12:00 |                                |                             |                               |                             |                             | 12:15～13:15<br>レベル3<br>河添博司 |
| 13:00 | 13:00～14:00<br>ボディリメイク<br>河添博司 | 12:30～13:30<br>レベル3<br>川口貢志 |                               |                             |                             |                             |
| 14:00 |                                |                             |                               |                             |                             |                             |
| 15:00 |                                | 14:30～15:30<br>レベル2<br>池崎一也 |                               |                             |                             |                             |
| 16:00 |                                |                             |                               |                             |                             |                             |
| 17:00 |                                |                             |                               |                             |                             | 16:15～17:15<br>レベル4<br>西田瑛人 |
| 18:00 |                                |                             |                               | 17:15～18:15<br>レベル3<br>安部宏希 | 17:00～18:00<br>レベル3<br>河添博司 |                             |
| 19:00 |                                | 18:40～19:40<br>レベル3<br>川口貢志 | 19:00～20:00<br>レベル2<br>坂田勝映   | 18:30～19:30<br>レベル1<br>坂田賢勇 | 18:15～19:15<br>レベル4<br>川口貢志 |                             |
| 20:00 |                                |                             |                               |                             |                             |                             |
| 21:00 |                                |                             |                               |                             |                             |                             |
| 22:00 |                                |                             |                               |                             |                             |                             |
| 23:00 |                                |                             |                               |                             |                             |                             |

【振替有効期限】…欠席月の翌月最終クラス日まで。

【振替可能回数】…月4回スクールのうち、2回まで無料にて振替可能。

3回目以降からは有料（550円/回）で振替可能。

## スケジュールの見方



トレーニングの基礎から応用までを  
段階的に学ぶクラス



衰えた体の機能を元に戻し、  
正しい体の動きを習得するクラス

【定員】

TRYnations レベル1 … 8名 / レベル2～4 10名  
bodyREmake … 8名