

# 2026年 2月 フィットネス&ゴルフ フィールド（スタジオ・ゴルフ プログラム）スケジュール

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		土曜日		日曜日	
時間	スタジオ	ゴルフ	スタジオ	ゴルフ	スタジオ	ゴルフ	スタジオ	ゴルフ	時間	スタジオ	ゴルフ
10:00	予約受付開始10:00～（10時以降の全プログラム予約可能）							10:00	予約受付開始10:00～		
10:30		無料ゴルフ プログラム						10:30	JAZZ DANCE		ZUMBA KIDS Jr.
10:45		10:00-14:00						10:45	10:30-12:00		10:00-10:50
11:00							無料ゴルフ プログラム	11:00	SHOKO		無料ゴルフ プログラム
11:15							10:00-12:30	11:15			10:00-12:00
11:30	JAZZ DANCE	GOTA ※予約制	ダンス・デ・サロン		BODY PUMP			11:30			ZUMBA45
11:45	11:30-13:00		11:30-12:00		11:45-12:15			11:45			11:15-12:00
12:00	SHOKO		BODY BALANCE	無料ゴルフ プログラム		BODY JAM	GOTA ※予約制	12:00			YUKI
12:15			12:15-12:45	10:00-14:00		12:00-12:50		12:15	ZUMBA45		BODY PUMP
12:30						YUKI		12:30	12:15-13:00		12:15-12:45
12:45								12:45	AKIE		
13:00			ZUMBA 45	GOTA ※予約制				13:00			BODY COMBAT
13:15	BODY ATTACK		13:00-13:45			BODY COMBAT		13:15	ストレッチヨガ		13:00-13:45
13:30	13:15-13:45		HARUKA			13:05-13:35		13:30	13:15-14:00		KEI or HARU
13:45						↑ KEI or HARU		13:45	MIYUKI		
14:00								14:00			BODY BALANCE
14:15								14:15			14:00-14:45
14:30								14:30			
14:45								14:45			
15:00								15:00			
15:15								15:15			
15:30								15:30			
15:45								15:45			
16:00								16:00			
16:15								16:15			
16:30								16:30	ZUMBA KIDS		
16:45								16:45	(小学生)		
17:00	予約受付開始17:00～（17時以降の全プログラム予約可能）							17:00	予約受付開始17:00～		
17:15								17:15			16:30-17:30
17:30								17:30			
17:45								17:45			
18:00			Cycle		Cycle			18:00			
18:15			18:00-18:30		18:00-18:30			18:15			
18:30								18:30			
18:45	Cycle	無料ゴルフ プログラム	BODY PUMP	無料ゴルフ プログラム	BODY COMBAT	無料ゴルフ プログラム	Cycle	18:45	Cycle		
19:00	18:45-19:15	18:00-21:00	18:45-19:15	18:00-21:00	18:45-19:15	19:00-20:00	18:15-18:45	19:00	18:45-19:15		
19:15					↑ HARUKA			19:15			
19:30	ZUMBA 45	GOTA ※予約制	ZUMBA 45	GOTA ※予約制	ZUMBA45	GOTA ※予約制	BODY JAM	19:30	Cycle		
19:45	19:30-20:15		19:30-20:15		19:30-20:15		YUKI	19:45	19:30-20:00		
20:00	YUKO		YURIKO		MIO			20:00			
20:15								20:15			
20:30	BODY ATTACK		BODY BALANCE			BODY COMBAT		20:30			
20:45	20:30-21:00		20:30-21:00			20:05-21:05		20:45			
21:00						KEI		21:00			
21:15								21:15			
21:30								21:30			
21:45								21:45			

毎週金曜日 休館

スケジュール変更や特別  
プログラムは、後日  
お知らせいたします。

日曜・祝日19時閉館  
フィットネス&ゴルフ フィールド  
TEL 0187-63-1100  
<http://www.sportsfield.jp>  
営業時間  
月曜-土曜 10:00-22:00  
日曜・祝日 10:00-19:00  
毎週金曜 休館

