

2026年 8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	時間	スタジオ	ゴルフ	時間
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 10:00-14:00					6日のみ休講 ハタヨガ 11:00-11:45 MIYUKI	10:30	JAZZ DANCE 10:30-12:00 SHOKO	ZUMBA KIDS Jr. 10:00-10:50	10:30
10:45							無料ゴルフ プログラム 10:00-12:30	10:45		無料ゴルフ プログラム 10:00-12:00	10:45
11:00	JAZZ DANCE 11:30-13:00 SHOKO	GOTA ※予約制	ダンス・デ・サロン 11:30-12:00		イージーエアロ 11:00-11:30			11:00			11:00
11:15								11:15			11:15
11:30								11:30		ZUMBA45 11:15-12:00 YUKI	11:30
11:45								11:45			11:45
12:00								12:00		30日 代行HARU	12:00
12:15								12:15	ZUMBA45 12:15-13:00 AKIE	BODY PUMP 12:15-12:45	12:15
12:30								12:30			12:30
12:45								12:45			12:45
13:00								13:00			13:00
13:15	BODY ATTACK 13:15-13:45		ZUMBA 45 13:00-13:45 HARUKA				BODY JAM 12:00-12:50 YUKI	13:15	ストレッチヨガ 13:15-14:00 MIYUKI	BODY COMBAT 13:00-13:45 KEI or HARU	13:15
13:30								13:30			13:30
13:45								13:45			13:45
14:00								14:00			14:00
14:15								14:15		BODY BALANCE 14:00-14:45	14:15
14:30								14:30			14:30
14:45								14:45			14:45
15:00								15:00			15:00
15:15								15:15			15:15
15:30								15:30			15:30
15:45								15:45			15:45
16:00								16:00			16:00
16:15								16:15			16:15
16:30								16:30			16:30
16:45								16:45			16:45
17:00								17:00			17:00
17:15								17:15			17:15
17:30								17:30			17:30
17:45								17:45			17:45
18:00								18:00			18:00
18:15								18:15			18:15
18:30								18:30			18:30
18:45								18:45			18:45
19:00								19:00			19:00
19:15								19:15			19:15
19:30								19:30			19:30
19:45								19:45			19:45
20:00								20:00			20:00
20:15								20:15			20:15
20:30								20:30			20:30
20:45								20:45			20:45
21:00								21:00			21:00
21:15								21:15			21:15
21:30								21:30			21:30
21:45								21:45			21:45

8/9-8/16のスケジュールは別紙をご確認下さい

8/13-8/14は休館日となります。

予約受付開始17:00～（17時以降の全プログラム予約可能）

毎週金曜日 休館

スケジュール変更や特別
プログラムがある際は、
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



	8月9日(日)	8月10日(月)	8月11日(火) 山の日	8月12日(水)	8/13(木)~8/14(金)	8月15日(土)	8月16日(日)	
時間	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	時間
10:00					年末年始休業 〔8月13日(木)~8月14日(金)〕			10:00
10:30								10:30
10:45								10:45
11:00								11:00
11:15								11:15
11:30	🌞 BODY COMBAT	JAZZ DANCE	🌞	イージーエアロ		ZUMBA45	BODY PUMP	11:30
11:45	11:30-12:30	11:30-13:00	ダンス・デ・サロン	11:30-12:00		11:30-12:15	11:30-12:00	11:45
12:00	KEI & HARUKA	SHOKO	SPECIAL			HARUKA		12:00
12:15			11:45-12:45	ZUMBA 45			BODY COMBAT	12:15
12:30			HATSUMI	12:15-13:00		BODY BALANCE	12:15-13:00	12:30
12:45				YUKI&HARUKA		FX 12:30-13:00	KEI	12:45
13:00	🌞 夏のSPECIAL		🌞 夏のSPECIAL	BODY COMBAT				13:00
13:15	ZUMBA 90	BODY ATTACK	BODY JAM 60	13:15-13:45				13:15
13:30	13:00-14:30	13:15-13:45	13:00-14:00	HARUKA				13:30
13:45	CHIAKI		NOE & YUKI					13:45
14:00	&YUKI							14:00
14:15	&HARUKA		BODY ATTACK					14:15
14:30			14:15-14:45					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
16:45								16:45
17:00								17:00
17:15								17:15
17:30								17:30
17:45								17:45
18:00								18:00
18:15								18:15
18:30		Cycle🚲						18:30
18:45		18:30-19:00						18:45
19:00								19:00
19:15		BODY JAM						19:15
19:30		19:15-19:45						19:30
19:45		YUKI						19:45
20:00		BODY ATTACK						20:00
20:15		20:00-20:30						20:15
20:30								20:30
20:45								20:45
21:00								21:00
21:15								21:15
21:30								21:30
21:45								21:45
	19時閉館		19時閉館	19時閉館		19時閉館	19時閉館	