2026年 11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

スタジオ

- 10:00〜17:00　予約受付開始10:00〜（10時以降の全プログラム予約可能）
- 11:30-13:00　JAZZ DANCE　SHOKO
- 13:15-13:45　BODY ATTACK　YUKI
- 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）
- 18:15-18:45　Cycle
- 19:00-19:30　BODY COMBAT　HARUKA

ゴルフ

- 10:00-14:00　無料ゴルフプログラム　GOTA　※予約制
- 18:00-21:00　無料ゴルフプログラム　GOTA　※予約制

火曜日

スタジオ

- 10:15-10:45　みんなで健幸体操
- 11:30-12:00　ダンス・デ・サロン　HATSUMI　ST
- 12:15-12:45　BODY BALANCE　KEI
- 13:00-13:45　ZUMBA　45　HARUKA
- 18:15-18:45　Cycle
- 19:00-19:30　BODY JAM　YUKI
- 19:45-20:30　ZUMBA　45　YURIKO　FX
- 20:45-21:15　BODY BALANCE　KEI

ゴルフ

- 10:00-14:00　無料ゴルフプログラム　GOTA　※予約制
- 18:00-21:00　無料ゴルフプログラム　GOTA　※予約制

水曜日

スタジオ

- 10:15-10:45　みんなで健幸体操
- 11:00-11:30　イージーエアロ　HARUKA
- 11:45-12:15　BODY PUMP　KEI
- 12:30-13:15　ZUMBA45　YUKO　FX
- 13:30-14:00　BODY BALANCE　KEI
- 16:15-17:00　ZUMBA KIDS（小学生）
- 18:15-18:45　Cycle
- 19:00-19:30　ZUMBA30　MIO
- 19:45-20:15　BODY COMBAT　KEI

ゴルフ

- 10:00-14:00　無料ゴルフプログラム　GOTA　※予約制
- 18:00-21:00　無料ゴルフプログラム　GOTA　※予約制

木曜日

スタジオ

- 10:15-10:45　みんなで健幸体操
- 11:00-11:45　ハタヨガ　MIYUKI
- ↑12日休講
- 12:00-12:50　BODY JAM　YUKI
- 13:05-13:35　BODY COMBAT　HARUKA
- 18:30-19:00　Cycle
- 19:15-19:45　BODY PUMP　KEI
- 20:00-21:00　BODY COMBAT　KEI

ゴルフ

- 10:30-12:30　無料ゴルフプログラム　GOTA　※予約制
- 19:00-20:00　無料ゴルフプログラム　GOTA　※予約制

※11/3（火）は１９時閉館でプログラムはそのままです。（１８時以降はなし）

毎週金曜日　休館

土曜日

スタジオ

- 10:00〜　予約受付開始10:00〜
- 10:30-12:00　JAZZ DANCE　SHOKO
- 12:15-13:00　ZUMBA45　AKIE
- 13:15-14:00　ストレッチヨガ　MIYUKI
- ↑28日休講
- 16:00-16:45　スクール（月謝）　ZUMBA KIDS（小学生）
- 17:30-18:45　スクール（月謝）　K-POP DANCE（小・中・高・一般）
- 19:00-19:30　Cycle
- 19:40-20:10　Cycle

ゴルフ

- 10:00-16:00　無料ゴルフプログラム　GOTA　※予約制
- 21日変更　BODY BALANCE

※K-POPは月三回の開催（第1・2・4土曜）

日曜日

スタジオ

- ↓1日休講
- 10:30-11:15　ZUMBA45　YUKI
- ↓1日休講
- 11:30-12:00　BODY ATTACK　KOYA
- 12:15-12:45　BODY PUMP　KEI
- 13:00-13:45　BODY COMBAT　KEI or HARU
- 14:00-14:45　BODY BALANCE　FX　KEI

ゴルフ

- 10:00-12:00　無料ゴルフプログラム　GOTA

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