

ご覧いただきありがとうございます。

2枚目『2025年5月～6月タイムスケジュール』

3枚目『2025年7月～9月タイムスケジュール』

【スタジオ定員についてのご案内】

第1スタジオ定員数 ツールなし 90名

ツールあり 70名 (ボディパンプ・コアクロス・ステップアップ)

第2スタジオ定員数 全クラス 40名 (ツール使用クラスは20名)

【スタジオ参加方法について】

☆予約の方は、WEBのメンバーサービスよりご予約いただけます
(330円(税込)／1クラス)

☆予約なしでご参加の方は、前室へお並びの順でご入場いただきます

スタジオ開始10分前より入場開始いたします

↓ 施設へのお問合せはこちら ↓

【コナミスポーツクラブ仙台長町 022-748-0621】

2025年5月～6月

[illegible]

コナミスポーツクラブ 仙台長町

スタジオ プログラムタイムスケジュール

2025年7月～9月

	月曜日			火曜日	水曜日			木曜日			金曜日			土曜日			日曜日			
	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3		スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	
10:00				メンテナンス日の為 終日ご利用頂けません																10:00
30	😊										😊		ス	😊			😊			30
11:00	ステップ・アップ 菅原 美子				ボディバランス45 (ST) 高村 由美			シェイプエアロ 菅原 美子			ヨガ (体) 斉田 舞		ス	ス		ス	ボディバンプテック 10:30~10:45 高村 由美	ス	ボディバンプ30 10:45-11:15 竹田 信也	11:00
30	😊				😊				ス	ス	😊							ス	少人数制スクール HIPHOP③ 中級クラス 10:45-11:45 松浦 はるか	30
12:00	シンプリーピラティス 11:30-12:15 畠山 美歩	太極拳 11:50-12:20 上野 直美			ヨガ (体) 11:40-12:25 石橋 輝督			ボディバランス45 (FX) 11:35-12:20 畠山 美歩	少人数制スクール 大人チア 11:15-12:15 Reimi	OYZスクール 菅原 美子	オリジナル健康体操 11:35-12:05 菅原 美子	ス		ボディバランス45 (ST) 11:20-12:05 高村 由美	ス	ス	ボディコンバット30 11:30-12:00 中西 花泉	😊	😊	12:00
30	😊	ス						😊			😊			😊			😊		😊	30
13:00	ボディバンプ45 12:30-13:15 竹田 信也	少人数制スクール 太極拳 12:30-13:30 上野 直美			ZUMBA 12:45-13:45 アンドレア	ス		ス	ス	ス	ス			ボディバンプ45 12:25-13:10 高橋 輝	ス	ス	ボディバンプ45 12:15-12:45 松浦 はるか	😊	ス	13:00
30																				30
14:00	ラデン45 13:30-14:15 アンドレア																			30
30																				30
15:00	ZUMBA45 14:30-15:15 アンドレア																			30
30																				30
16:00																				30
17:00																				30
30																				30
18:00																				30
30																				30
19:00	ボディバランス45 (ST) 19:00-19:45 嶋守 奈津子	😊			変更 ボディコンバット30 19:00-19:30 中西 花泉			😊			😊			【 スタジオ定員について 】			【 スタジオ優先予約について 】			19:00
30					変更 ボディアタック45 19:45-20:30 千葉 紘祐	😊								第1スタジオ 定員:90名 ツール使用クラス (ボディバンプなど) 70名	第2スタジオ 定員:40名 ツール使用クラス 20名		【 プログラム表記に関して 】			30
20:00	ボディバンプ45 20:00-20:45 佐藤 成	ボディジャムテック 20:00~20:15 ボディジャム30 20:15-20:45 中西 花泉	第1・3・5週目 松浦 はるか 第2・4週目 中西 花泉											😊	【安心マーク】	ご参加が初めての方・久しぶりの方・低体力者の方 も安心してお楽しみ頂けます。	■ 営業時間のご案内 ■			20:00
30														変更	【変更マーク】	前回より時間・内容・担当者等が変更となった プログラム(クラス)です。	曜 日	営 業 時 間		20:00
21:00	ボディコンバット30 21:00-21:30													NEW	【NEWマーク】	今回より新たにスタートした プログラム(クラス)です。	月・水・木・金	10:00~22:00		30
30														🔒	【整理券マーク】	ご参加には整理券が必要となります。	土	10:00~19:00		21:00
22:00														🔒	【予約マーク】	事前にご予約が必要となります。	日・祝	10:00~18:00		30
														有	【有料プログラムマーク】	別途参加料金が必要になります。 (都度参加費を頂いているクラス)	※マシニングは、閉館時間30分前までご利用いただけます。 ※祝祭日は特別プログラムとなります。 ※毎週火曜日はメンテナンス日となります			22:00
														ス	【スクールマーク】	別途参加料金が必要になります。 (月額・回数で参加費を頂いているクラス)				