

時間	月曜日 MONDAY	火曜日 TUESDAY	水曜日 WEDNESDAY	木曜日 THURSDAY	金曜日 FRIDAY	土曜日 SATURDAY	日曜日 SUNDAY
9:30						ベルジム ホップ倶楽部 10:00-10:50 園児体操スクール 園児(4~6歳) 吉田 伸一	
10:00				要予約14 10:00-10:45 サスペンション トレーニング 鳥居 美紗恵			
10:30							要予約16 11:00-11:45 オリジナルバーベルEX 後藤 宏輔
11:00	要予約16 11:15-12:00 ストライクボクシング 相良 直人			要予約16 11:15-12:00 キーマックス 鳥居 美紗恵		11:00-11:50 学童体操スクール (小学1~3年生) 吉田 伸一	
11:30							
12:00						12:00-12:50 学童体操スクール (小学3~6年生) 吉田 伸一	
12:30	要予約16 12:30-13:15 ラディカルパワー 楢 千里	要予約16 12:30-13:15 キーマックス 三浦 剛					
13:00							
13:30	要予約16 13:40-14:25 オキシジェノ 楢 千里						
14:00							
14:30							
15:00						要予約16 15:15-16:00 オキシジェノ 片岡 梢	
15:30				ベルジム ホップ倶楽部 15:45-16:35 園児体操スクール 園児(4~6歳) 宮腰 広樹			
16:00							
16:30						要予約16 16:30~17:15 キーマックス 三浦 剛	
17:00				16:45-17:35 学童体操スクール (小学1~3年生) 宮腰 広樹			
17:30							
18:00				17:45-18:35 学童体操スクール (小学3~6年生) 宮腰 広樹			
18:30							毎週日曜日20:00~ インターネット予約公開
19:00							初心者・はじめての方も安心して ご参加いただけるクラスです。
19:30	要予約16 19:30-20:15 キーマックス 鳥居 美紗恵	要予約16 19:45-20:30 ラディカルパワー YUKA	要予約14 19:30-20:15 サスペンション トレーニング 三浦 明日香				裸足でご参加いただける クラスです。 *レッスン以外の施設ご利用には 室内用シューズをご利用ください。
20:00							グルーツバンドを使用するクラス レンタル¥300(税抜) 初回限定¥100 ご購入¥6,900(税抜) /2本セット
20:30			要予約16 20:40-21:25 キーマックス 三浦 明日香	要予約16 20:45-21:30 ストライクボクシング 相良 直人			要予約00 整理券が必要なクラスです。 スタジオパスにて整理券を発券 いただき、各担当者へお渡しください。
21:00							
21:30						土曜日 SATURDAY	日曜日 SUNDAY
22:00						営業 時間 平 日/7:00~23:00 土日祝/7:00~21:00 休館日/毎月11日・22日・季節休館日	
22:30						TEL:048-921-3776	
						ベルジム <input type="text"/> 検索	
						https://belgym.jp/ モバイルからでもHPへ簡単アクセス ▶	
	月曜日 MONDAY	火曜日 TUESDAY	水曜日 WEDNESDAY	木曜日 THURSDAY	金曜日 FRIDAY		