

B-fit Prime 服部緑地 2026.5 ~

スタジオ 岩盤 暖 アウトドア

●代行・休講情報はメールや店内掲示版をご確認ください。
●ツールを使用するレッスンなどは定員数に変動があります。

●アウトドアエリアは雨天の場合中止となります。
●岩盤レッスンは全会員様が会費内で受講可能です

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	岩盤 暖	アウトドア	スタジオ	岩盤 暖	アウトドア	スタジオ	岩盤 暖	アウトドア
7:00								
8:00								
9:00								
10:00	10:00-10:45 BODYJAM TECH15 BODYJAM 30 ZAKKY HIROKO	10:00-10:45 リフレッシュヨガ HIROKO						
11:00	11:00-11:45 フラ HIROKO	11:00-11:45 LES MILLS SHAPES 隅内 勝起	11:00-11:30 ストレッチフロア STAFF	11:00-11:45 BODYSTEP 廣橋 恵理	10:50-11:35 ヨガ Rina	11:00-11:30 B-fit Running Club STAFF		
12:00	12:00-12:30 BODY PUMP 隅内 勝起			12:00-12:30 BODY BALANCE FX 廣橋 恵理	11:50-12:35 バレエストレッチ KIRARI	11:40-12:10 B-fit Running Club STAFF		
13:00	12:45-13:45 背骨美人 広江 美規子			12:45-13:30 BODY COMBAT YUTA	12:50-13:35 リラックスヨガ yoshimi	13:00-13:30 筋膜リリース & 背竹踏み STAFF		
14:00	14:00-14:45 はじめてエアロ 広江 美規子	14:00-14:45 リラクゼーションヨガ YOSHIE		13:45-14:30 ダンスエアロ 魚原 大	13:50-14:35 スタイルアップヨガ yoshimi	13:40-14:10 B-fit Running Club STAFF		
15:00	15:00-15:45 ベーシックヨガ YOSHIE	15:00-15:45 ピラティス 木村 まな		14:45-15:30 ポルドブラ 魚原 大	14:50-15:35 骨盤調整 浜田 薫	13:45-14:15 B-fit Running Club STAFF		
16:00	16:00-16:45 ZUMBA@ MASAMI			15:45-16:30 ZUMBA GOLD@ 梶村 知子	15:50-16:35 ヨガ 浜田 薫	14:25-14:55 ストレッチフロア STAFF		
17:00								
18:00								
19:00	19:00-20:00 BODY JAM 石原 桃葉	19:15-20:00 ヨガ 田中 優衣		19:00-19:45 ヨガ 井上 真紀	19:00-19:45 背骨コンディショニング 尾崎 真左子	18:15-18:45 B-fit Running Club STAFF		
20:00	20:15-21:00 初中級エアロビクス 坂上 大馬	20:15-21:00 リフレッシュヨガ 田中 優衣		20:00-20:45 やさしいピラティス 下山 真理奈	20:00-20:45 パワーヨガ 井上 真紀	19:00-19:30 B-fit Running Club STAFF		
21:00	21:15-22:00 初中級ステップ 坂上 大馬			21:00-21:45 MEGADANZ 下山 真理奈				
22:00								
23:00								

水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	
スタジオ	岩盤 暖	アウトドア	スタジオ	岩盤 暖	アウトドア
7:00					
8:00					
9:00					
10:00	9:55-10:40 ピラティス 佐竹 智子				
11:00	10:55-11:40 FIT HOP AYA	10:55-11:40 やさしいピラティス 佐竹 智子	11:00-11:30 筋膜リリース & 背竹踏み STAFF		
12:00	11:55-12:40 BODY STEP YUIKO	11:55-12:40 ヨガ AYA	11:35-12:05 B-fit Running Club STAFF		
13:00	13:00-13:45 ヨガ 呉林 かよ	12:55-13:40 LES MILLS PILATES YUIKO			
14:00	14:00-14:30 骨盤エクササイズ 呉林 かよ				
15:00	14:45-15:45 インサイドフローヨガ SHIORI		14:55-15:25 ストレッチフロア STAFF		
16:00	16:00-16:45 ZUMBA@ 勝連 智美		15:35-16:05 B-fit Running Club STAFF		
17:00	17:00-17:45 自動整体 YUMI				
18:00					
19:00	19:00-19:45 BODY PUMP 隅内 勝起	19:15-19:45 ピラティス 岡山 善介	19:00-19:30 B-fit Running Club STAFF		
20:00	20:00-20:45 ZUMBA@ 岡山 裕介	20:00-20:45 BODY BALANCE FX SHIZUKA	20:00-20:45 LES MILLS SHAPES 隅内 勝起		
21:00	21:00-22:00 BODY COMBAT SHIZUKA				
22:00					
23:00					

金曜日	土曜日	日曜日						
スタジオ	岩盤 暖	アウトドア	スタジオ	岩盤 暖	アウトドア	スタジオ	岩盤 暖	アウトドア
7:00								
8:00								
9:00								
10:00	10:00-10:45 エアリアルヨガ AYA	10:00-10:45 呼吸ストレッチ 広江 美規子	10:00-10:30 B-fit Running Club NANAE					
11:00	11:05-12:05 Mambo Fit AYA	11:00-11:45 背骨美人 広江 美規子	11:00-11:45 LES MILLS SHAPES NANAE					
12:00	12:20-13:05 BODY COMBAT NANAE	12:20-13:05 ヨガ AYA						
13:00	13:20-14:05 エアロビクス初中級 山本 梨華	13:20-14:05 ハタラジャヨガ 吉田 あや	13:20-13:50 B-fit Running Club STAFF					
14:00	14:20-15:05 ダンスエアロ 山本 梨華		14:00-14:30 ヒップアップ STAFF					
15:00	15:20-16:05 BODY PUMP STAFF		14:40-15:10 筋膜リリース & 背竹踏み STAFF					
16:00								
17:00								
18:00	18:15-19:00 ハウスダンス YUKI							
19:00	19:15-20:00 BC / BA YUTA	19:10-19:55 Les mills YOGA 荻野 紀子	19:00-19:30 B-fit Running Club STAFF					
20:00	20:15-21:00 BODY BALANCE FX YUTA	20:10-20:40 ストレッチボール STAFF						
21:00	21:15-21:45 Les Mills CORE STAFF							
22:00								
23:00								

土曜日	日曜日				
スタジオ	岩盤 暖	アウトドア	スタジオ	岩盤 暖	アウトドア
7:00					
8:00					
9:00					
10:00	8:10-8:55 朝ヨガ KAORU				
11:00	9:45-10:30 ハンモックエクササイズ 荻野 紀子	10:00-10:30 B-fit Running Club STAFF			
12:00	10:45-11:30 Les mills YOGA 荻野 紀子	10:35-11:05 ストレッチフロア STAFF			
13:00	11:45-12:30 コロオミックス あい	11:45-12:30 BODYBALANCE FX 荻野 紀子	12:00-12:30 B-fit Running Club STAFF		
14:00	12:45-13:30 ボディシェイプ 垣野 満裕美	12:35-13:05 筋膜リリース & 背竹踏み STAFF			
15:00	13:45-14:30 Bouncy Boxing 垣野 満裕美				
16:00	14:45-15:30 ZUMBA@ ACCO	15:45-16:30 ピラティス ACCO			
17:00					
18:00	18:00-18:30 BODY PUMP 調整中	★7月のレッスンになります。 18:00- BODY PUMP 18:45- BODY COMBAT 19:45- BODY BALANCE			
19:00	18:45-19:30 BODY COMBAT 調整中				
20:00	19:45-20:45 BODY BALANCE 調整中				
21:00					
22:00					
23:00					

日曜日	月曜日				
スタジオ	岩盤 暖	アウトドア	スタジオ	岩盤 暖	アウトドア
7:00					
8:00					
9:00					
10:00	9:15-10:00 ヨガ NAOMI				
11:00	10:15-11:00 リンバストレッチ NAOMI	10:00-10:30 B-fit Running Club STAFF			
12:00	11:15-12:00 初級エアロビクス 岡本 祐子	11:15-12:00 中級ヨガ NAOMI			
13:00	12:15-13:00 ZUMBA@ 岡本 祐子				
14:00	13:15-13:45 Les Mills CORE YUIKO	13:15-13:45 B-fit Running Club STAFF			
15:00	14:00-15:00 BODY COMBAT YUIKO	14:00-14:45 週替わり STAFF			
16:00	15:15-16:15 BODY PUMP STAFF				
17:00	17:30-18:15 エアリアルヨガ RIN	18:30-19:15 ヴィンヤサヨガ 田中 優衣			
18:00	18:35-19:20 ピラティス RIN	19:30-20:15 リラックスヨガ 田中 優衣			
19:00					
20:00					
21:00					
22:00					
23:00					

休館日

公式LINE  ホームページ Instagram

B-fit Prime 営業時間・休館日
毎週水曜日(年始・GW・お盆休みあり)

平日	9:00-23:00
土曜	6:00-21:00
日曜・祝日	6:00-21:00

18:30-19:15
ヴィンヤサ
19:30-20:15
リラックスヨガ
奇数週のみ開催

奇数週: BC(BODY COMBAT)
偶数週: BA(BODY ATTACK)