

2026年2月23日(月・祝)

天皇誕生日

	1スタジオ	2スタジオ	スイミング	
10	10:30~11:30 【有料スタジオイベント】 ボディコンバット60 大内・今井・加藤	【有料スタジオイベント】 千葉NTJAC会員550円(税込) 一般1,100円(税込) 申込受付中!! 加藤IR、末永IRラストイベントです! ぜひご参加ください! ※詳細は館内ポスター ホームページをご確認ください	10:20~10:50 アイチ 阿部	10 アリーナ
11		11:50~12:40 中級エアロ 海老原	11:20~12:00 アクア ロジック40 阿部	11 アリーナ
12	12:00~13:00 【有料スタジオイベント】 ボディパンプ60 佐藤・野本・針生・末永		12:15~12:35 かなづちさん 阿部	12 アリーナ
13		13:00~13:40 初級エアロ 山本(明)		13
14	14:00~15:00 サーキットロー 山本(明)	14:00~15:00 ピラティス60 楠本		14
15		15:15~16:00 陰ヨガ 楠本		15
16	15:30~18:30 ピックルボール ※フリー利用		16:15~16:45 楽しくビーチボールバレークラス 成毛	16 アリーナ
17				17
18				18
19	全てのスタジオプログラムは、整理券が必要となります。 レッスン開始30分前よりスタジオ前に、整列の方から順にお配り致します。			

※都合により時間・クラス・インストラクターが変更になる場合があります。予めご了承ください。

*  は、参加が初めての方、体力に自信のない方でも安心してご参加いただけるクラスです。

【営業時間】 7:00~20:00

ゴールドジム千葉ニュータウン
ジョイフルアスレティッククラブ