

much color fitness レッスンスケジュール

MON(月)			TUE(火)			WED(水)			THU(木)			FRI(金)			SAT(土)			SUN(日)					
Studio 1st	Studio 2nd	Pool	Studio 1st	Studio 2nd	Pool	Studio 1st	Studio 2nd	Pool	Studio 1st	Studio 2nd	Pool	Studio 1st	Studio 2nd	Pool	Studio 1st	Studio 2nd	Pool	Studio 1st	Studio 2nd	Pool			
エアロベーシック 10:30~11:10 中島紀子	(定員25) ローホットヨガ 村上清	アクアピクス 10:30~11:10 篠崎万彩乃	(定員35) ヨガ 中森恭子	フラダンス 10:30~11:10 MAKANA		バレトン 10:30~11:10 岡田恵子	(定員25) 暖ヨガ 江藤聖子		休館日 【木曜日利用案内】 ジム利用のみ 500円(税込) 18:30~21:00 お風呂利用のみ 100円(税込) 19:00~21:00 ※来館受付は20時まで ※ジム利用は20時30分まで ※プール・サウナ利用不可 ※各種手続きの受付はしていません。 ※お支払いは現金のみとなります。			エアロオリジナル 10:30~11:10 篠崎万彩乃	(定員25) KaQiLa 10:30~11:10 SO	アクアパワー 10:30~10:55 STAFF	エアロオリジナル 10:30~11:10 佐藤真由美	(予約有料 定員25) 緩リフパチア & ヨガ 10:20~11:20 榎りつこ		アクアピクス40 11:00~11:40 渡邊和代	ヨガフロー 10:30~10:55 岡田恵子	ヨガ 11:05~11:45 岡田恵子			
ZUMBA 11:30~12:10 中島紀子	(予約有料 定員20) ローホット ピラティス セルコン 11:30~12:30 神志那まや	(予約有料 定員5) スイムレッスン 11:30~12:30 神志那まや	(定員25) ZUMBA KaQiLa 11:30~12:10 小手川智美	(定員25) SO 11:30~12:10 SO		はじめてエアロ 11:30~12:10 三重野和幸	(定員25) 暖ヨガ 岡田恵子	アクアシェイブ 11:30~12:10 篠崎万彩乃				(定員35) ピラティス 11:30~12:10 篠崎万彩乃	(定員25) パワーヨガ スタートフロー 11:30~12:10 村上清	(定員35) ウェープリング ストレッチ 11:30~12:10 佐藤真由美	(定員25) ローホットヨガ 11:35~12:15 kanako		かんたん平泳ぎ 12:15~12:40 神志那まや	(定員20) ボールストレッチ 12:30~12:55 STAFF	かたん平泳ぎ 12:15~12:40 神志那まや	POWER 12:30~13:10 若杉美咲	X55 11:30~12:10 穴井智之		
FIGHT DO 12:30~12:55 馬場優人	(定員25) ローホットヨガ 12:30~13:10 神志那まや	若業スイム 12:45~13:10 神志那まや	エアロオリジナル 12:30~13:10 TOMO	エクササイズ 12:30~13:10 岡田恵子		ステップ初中級 12:30~12:55 三重野和幸	(定員20) 暖ヨガ 12:45~13:00 岡田恵子					(月替レッスン) (4.6.8月) ZUMBA (5.7.9月) リンパケア&腸活ex 13:15~13:55 榎りつこ	(定員20) 暖ヨガ 12:45~13:00 岡田恵子	(定員25) ピラティス 12:30~13:10 麻生恭平	(定員20) ボールストレッチ 12:30~12:55 STAFF		個人メドレー 12:50~13:15 神志那まや	(定員25) ローホットヨガ 12:30~13:10 麻生恭平	個人メドレー 12:50~13:15 神志那まや	若杉美咲 12:30~13:10 若杉美咲			
エアロオリジナル 13:15~13:55 三重野和幸	13:00~13:40 園田美由紀	かんたんバタフライ 13:25~13:50 神志那まや	(定員35) ピラティス 13:30~14:10 TOMO	バリーダンス 入門・初級 13:30~14:10 Tossy		エアロオリジナル 14:15~14:55 安部さくら	(定員20) 暖ヨガ 14:45~15:25 Kaori					(4.6.8月) 暖ヨガ&セルコン (5.7.9月) 暖ヨガ&ソラコン 13:30~14:10 STAFF	(定員20) 暖ヨガ 14:45~15:25 Kaori	(定員25) ローホットヨガ 14:30~15:10 ミツチエル	(定員35) ピラティス 15:00~15:40 Kaori		13:25~13:50 神志那まや	(定員25) ローホットヨガ 13:20~14:00 松下佳菜	13:25~13:50 神志那まや	UBOUND 13:30~14:10 穴井智之	ZUMBA 13:30~14:10 小手川智美	アクアワーク 13:30~13:55 STAFF	アクアワーク 14:05~14:30 STAFF
フラダンス 14:15~14:55 カオリナ	(定員25) ローホット 美尻骨盤 トレーニング 14:00~14:40 廣田りえ	中級クロー 14:05~14:30 神志那まや	(定員35) ヨガ 14:30~15:10 松下佳菜	(定員15) ZUMBA TONING 14:30~15:10 ミツチエル		エアロオリジナル 14:15~14:55 安部さくら	(定員25) ローホットヨガ 14:45~15:25 Kaori						(定員25) ローホットヨガ 14:30~15:10 ミツチエル	(定員25) ヨガ 14:30~15:10 ミツチエル			13:30~14:10 松下佳菜	(予約・有料) スイムレッスン 14:00~15:00 神志那まや	13:30~14:10 松下佳菜	13:30~14:10 松下佳菜	穴井智之 13:30~14:10 小手川智美	13:30~14:10 小手川智美	14:05~14:30 STAFF
ラテンエアロ 15:15~15:55 MANA	15:00~15:40 Kaori	アクアパワー 15:00~15:25 神志那まや	(定員35) 美尻ヨガ 15:25~15:50 松下佳菜	マスターフラ 15:30~16:10 MAKANA		POWER 15:15~15:55 馬場優人	Kaori						(定員25) ローホット ピラティス 15:00~15:40 Kaori	(定員25) ヨガ 15:00~15:40 しゅり			15:30~16:10 TAMAKI		15:30~16:10 TAMAKI		穴井智之 14:30~15:10 穴井智之	穴井智之 14:30~15:10 穴井智之	穴井智之 14:30~15:10 穴井智之
Studio Free この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	16:00~17:00 カオリナ		Studio Free	Studio Free		Studio Free	Studio Free						この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。			この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。
(定員14名) HIIT&ボクシング 19:15~19:55 廣田りえ	(定員25) 暖ハタフロー 19:15~19:55 ANNA	(予約有料 定員5) スイムレッスン 19:30~20:30 神志那まや	TOP RIDE 19:20~20:00 穴井智之	(定員20) ピラティス 19:15~19:55 麻生恭平		(月替レッスン) (4.6.8月) ステップ初中級 (5.7.9月) エアロ中上級 19:15~19:55 篠崎万彩乃	(定員20) ローホットセンス ピラティスII 19:10~19:50 アフロディーテ	アクアパワー 19:20~19:45 神志那まや					この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。			この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。
ZUMBA 20:15~20:55 小網孝子	(定員25) 暖ヨガ 20:15~20:55 村上清	神志那まや	FIGHT DO 20:20~21:00 馬場優人	(定員25) スタイルアップ ヨガ 20:15~20:55 amy		HIP HOP 20:15~20:55 ZaCo	(定員25) 暖骨盤調整 ヨガ 20:15~20:55 haruka						この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。			この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。
JAZZ 21:15~21:55 小網孝子		エアロオリジナル 19:30~20:30 佐藤真由美	エアロオリジナル 21:20~22:00 佐藤真由美	HIP HOP 21:15~21:55 ZaCo		X55 21:15~21:55 穴井智之	(定員25) 暖ウェープリング ストレッチ 21:15~21:40 佐藤真由美						この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。			この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。	この時間帯は 自由にご利用 頂けます。

●定員のあるクラスでは、レッスン15分前に配布するチケットが必要です。
 (整列されている方が定員数に達した時点でチケットを配布いたします)
 ●暖・ローホットレッスンでスタジオ内のマットを使用する場合は、バスタオルを敷いてご使用ください。レンタルタオルもご用意しております。
 ●レッスン開始後5分経過してのご参加はご遠慮ください。
 ●レッスンの強度についてはスタッフにお尋ねください。

muchcolor fitness 大分

営業時間 月~金【10:00~23:00】 土【10:00~21:00】 日【10:00~20:00】

定休日 毎週木曜日 年末年始

TEL (097)567-7555