

GREENLIFE FITNESS 半田 レッスンスケジュール

2026.3月 1日~15日①

通うたびHAPPY♡レッスンポイントチャレンジ

12月.1月に開催中の「通うたびHAPPY♡レッスンポイントチャレンジ」
 たくさんの応募頂きありがとうございます。
 こちらの抽選結果につきましては当選者にメールを送らせていただき発表とさせていただきます。メールが届いた方はスタジオに来店の際お渡しいたします。

特賞 知多牛シャトーフリアン

1等 ヨガラグ 2等 3ヶ月会費10%OFF

3等 インストラクターセレクト商品

4等フードマーケット詰め合わせ

5等 松華堂 商品券 6等 たまゆら 大根餃子無料券

7等 クラシカフェ 飲食割引チケット 8等 BurnG1回券

※ほかに、応募数上位者には素敵なプレゼントを用意しています。

| |
|--------------------------|
| 日 |
| 1 |
| 7:30(60) 祐美子 朝ヨガ |
| 9:00(60) 直子 朝ヨガ |
| 10:30(75) 祐美子 AY |
| 12:15(75) 祐美子 AGストレッチ |

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|--|---------------------------------------|--------------------------------|--|--|-----------------------------------|-------------------------------|
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| | | | 9:00(60) Tamiyo 動けるカラダヨガ | | 8:30(60) Sayaka ヴィンヤサ フローヨガ | |
| 9:45(70) 真依子 ビギナーズ | 9:45(60) 亜矢 骨盤調整 | 9:45(70) 直子 セルフケアヨガ | | 10:15(70) 香奈 ビギナーズ | | |
| | | | 10:30(75) 祐美子 AGストレッチ | 【貸切】 | 10:00(75) 祐美子 Rest | |
| 11:30(70) 里美 ピラティス | 11:15(60) 亜矢 筋膜シリーズ ~美腹~ | 11:30(70) 真依子 シェイプアップヨガ | 13:30(60) キラキラ健康 づくり体操 | 12:00(60) 香奈 Burn-G (バンジー) | | |
| | | 【有料プログラム】 | | | 11:45(75) 祐美子 AY | |
| 13:10(70) 里美 フラエクササイズ | 13:00(75) 祐美子 FunMIX | 13:10(60) 祐美子 Burn-G (バンジー) | | | | |
| | | | | 19:00(60) 真代 パレトン | | |
| 19:00(60) 祐美子 かんたんピラティス | 20:00(90) 友香里 ★陰ヨガ90 | 19:30(75) 香奈 FunAY | 20:00(70) 真依子 シェイプアップヨガ 【ZOOM同時配信】 | 20:20(70) 真代 ナイトヨガ 【ZOOM同時配信】 | | 【有料プログラム】 |
| | 【ZOOM同時配信】 | | | | | 18:00(60) 香奈 Burn-G (バンジー) |
| 20:20(75) 祐美子 AGストレッチ | | | | | | |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| | | | 9:00(60) Tamiyo 動けるカラダヨガ | | 8:30(60) ゆうみ 朝の リフレッシュヨガ | 7:30(60) 祐美子 朝ヨガ |
| 9:45(70) 真依子 ビギナーズ | 9:45(60) 亜矢 骨盤調整 | 9:45(70) 直子 セルフケアヨガ | | 10:15(70) 友香里 アロマヨガ | | 9:00(60) 直子 朝ヨガ |
| | | | 10:30(75) 祐美子 Rest | | 10:00(60) 亜矢 骨盤調整 | 10:30(70) 里美 ピラティス |
| | | | 13:30(60) キラキラ健康 づくり体操 | | 11:30(60) 亜矢 フローダンス | 12:15(75) 里美 FunMIX |
| 【有料プログラム】 | | | | | | |
| 13:30(60) 祐美子 Burn-G (バンジー) | 13:00(75) 祐美子 FunBasic | | | | | |
| | | | | 19:30(60) 祐美子 Burn-G (バンジー) | | |
| 19:30(70) 美由紀 ビギナーズヨガ 【ZOOM同時配信】 | 20:00(90) 友香里 ★陰ヨガ90 【ZOOM同時配信】 | 19:00(60) 祐美子 かんたんピラティス | 19:00(75) 真依子 FunMIX | 20:30(45) 亜矢 ナイトバルヴィス 整顔 【ZOOMのみ】 | | |
| | 【ZOOM同時配信】 | 20:20(75) 祐美子 Rest | 20:35(60) 真依子 骨盤調整 | | | |

GREENLIFE FITNESS 半田 レッスンスケジュール

2026.3月 16日~31日②

| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------------------------|--------------------------------|--|------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------|-------------------------|------|---------|------|--------|--------|----|--------|--------|----------------------------------|--|--|-------|------------|--------------|----|------------|--------------|------|-------------|-------------|
| | | | 9:00(60) Tamiyo 動けるカラダヨガ | | | 7:30(60) 真依子 朝ヨガ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9:45(70) 真依子 ピギナース | 9:45(60) 亜矢 骨盤調整 | 9:45(70) 直子 セルフケアヨガ | | | 8:30(60) Sayaka ヴィンヤサ フローヨガ | 9:00(60) 美由紀 朝ヨガ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | 10:30(75) 香奈 FunMIX | 10:15(70) 友香里 アロマヨガ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11:30(70) 里美 ピラティス | 11:15(60) 亜矢 筋膜リリース ~美脚~ | 11:30(70) 真依子 シェイプアップヨガ | | 【有料プログラム】 | 10:00(75) 真依子 FunBasic | 10:30(75) 真依子 FunMIX | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13:10(70) 里美 フラエクササイズ | 13:00(75) 祐美子 AGストレッチ | | 13:30(60) キラキラ健康 づくり体操 | 12:00(60) 香奈 Burn-G (バンジー) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 【有料プログラム】 | | | 11:45(75) 真依子 Fun&Sfit | 12:15(75) 真依子 FunBasic | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 20:00(90) 友香里 ★陰ヨガ90 | 18:50(60) 香奈 Burn-G (バンジー) | 20:00(70) 真依子 シェイプアップヨガ | 19:00(60) 真代 パレトン | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 20:20(75) 祐美子 AGストレッチ | 【ZOOM同時配信】 | 20:20(75) 香奈 FunMIX | 【ZOOM同時配信】 | 20:20(70) 真代 ナイトヨガ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | 【ZOOM同時配信】 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | クラシティ休館日 | 9:00(60) Tamiyo 動けるカラダヨガ | | | 7:30(60) 真依子 朝ヨガ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9:45(70) 真依子 ピギナース | 9:45(60) 亜矢 骨盤調整 | | | | 8:30(60) ゆうみ 朝の リフレッシュヨガ | 9:00(60) 直子 朝ヨガ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | 10:30(75) 祐美子 Fun AY | 10:15(70) 友香里 アロマヨガ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11:30(70) 里美 ピラティス | 11:15(60) 亜矢 トーニング 筋肉の調律 | | | 13:30(60) キラキラ健康 づくり体操 | 12:00(75) 香奈 AGストレッチ | 10:00 亜矢 骨盤調整 | 10:30(75) 香奈 FunAB | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 【有料プログラム】 | | | | | | 11:30(60) 亜矢 フローダンス | 12:15(75) 香奈 AGストレッチ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13:30(60) 香奈 Burn-G (バンジー) | 13:00(75) 祐美子 Rest | | | | 20:00(75) 祐美子 Rest | 【有料プログラム】 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | 19:00(75) 真依子 FunBasic | | 16:30(60) 香奈 Burn-G (バンジー) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19:30(70) 美由紀 ピギナースヨガ | 20:00(90) 友香里 ★陰ヨガ90 | | | 20:35(60) 真依子 骨盤調整 | 20:30(45) 亜矢 ナイトベルヴィス 整顔 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 【ZOOM同時配信】 | 【ZOOM同時配信】 | | | | 【ZOOMのみ】 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 30 | 31 | <table border="1"> <tr> <td></td> <td>初回体験</td> <td>2回目以降1回</td> </tr> <tr> <td>ビジター</td> <td>3,000円</td> <td>3,850円</td> </tr> <tr> <td>会員</td> <td>1,500円</td> <td>2,000円</td> </tr> <tr> <td>回数券◆有効期限◆3回/3ヶ月・10回券/8ヶ月・6回券/5ヶ月</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>VIP会員</td> <td>3回券 4,400円</td> <td>10回券 13,200円</td> </tr> <tr> <td>会員</td> <td>3回券 5,500円</td> <td>10回券 16,500円</td> </tr> <tr> <td>ビジター</td> <td>3回券 10,890円</td> <td>6回券 20,460円</td> </tr> </table> | | | | | | 初回体験 | 2回目以降1回 | ビジター | 3,000円 | 3,850円 | 会員 | 1,500円 | 2,000円 | 回数券◆有効期限◆3回/3ヶ月・10回券/8ヶ月・6回券/5ヶ月 | | | VIP会員 | 3回券 4,400円 | 10回券 13,200円 | 会員 | 3回券 5,500円 | 10回券 16,500円 | ビジター | 3回券 10,890円 | 6回券 20,460円 |
| | 初回体験 | | | | | | 2回目以降1回 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ビジター | 3,000円 | | | | | | 3,850円 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 会員 | 1,500円 | | | | | | 2,000円 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 回数券◆有効期限◆3回/3ヶ月・10回券/8ヶ月・6回券/5ヶ月 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| VIP会員 | 3回券 4,400円 | 10回券 13,200円 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 会員 | 3回券 5,500円 | 10回券 16,500円 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ビジター | 3回券 10,890円 | 6回券 20,460円 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9:45(70) 真依子 ピギナース | | <div style="border: 2px solid red; padding: 5px;"> <p>① BurnGハーネスを着用、調節が必要になります。 必ずレッスン開始15分前にスタジオにお越しください。 ②靴を忘れた場合はレッスンに参加できません。 必ずお持ちください。 ※レンタル靴下、靴はございません。 ※トレーニングシューズをご用意ください。 紐がない靴は脱けてしまう可能性があります。</p> </div> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11:30(70) 里美 ピラティス | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19:30(70) Sayaka アロマキャンドル ナイトヨガ | 20:00(90) 友香里 ★陰ヨガ90 | <div style="border: 2px solid yellow; padding: 5px;"> <p>11月よりBurnGの予約について変更させていただきます。 BurnGの予約が取りづらい状況になっておりますので来月分より予約の制限をさせていただきます。 ☑一度にできるご予約はお一人様3回まで レッスンを受けるとその分の予約枠が空くので新しくご予約頂けます。 ☑前日の18:00以降は3回を超えてのご予約も可能です。 ◆多くご予約されている場合は公平を保つためにこちらで後の日程のご予約からキャンセルさせていただく場合がございます。 皆様にご気持ちよく参加して頂けるよう今後もレッスンスケジュール等の調整に努めてまいります。 ご理解とご協力をお願い致します。</p> </div> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 【ZOOM同時配信】 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |