

2026年 10月

FIT-EASY 伊賀店 STUDIO LESSON

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
			1	2	3	4
			ピラティス 19:00～19:50 Nao	ZUMBA 17:00～17:50 エリー ベーシックヨガ 18:00～18:50 山中	姿勢改善ヨガ 16:30～17:20 山中	
5	6	7	8	9	10	11
	インナービューティー ヨガ NEW 16:00～16:50 山中 オリジナルエアロ 18:15～19:05 泉	フィットネスキックボクシング 19:00～19:50 野山 ZUMBA 20:00～20:50 エリー	オリジナルエアロ 18:15～19:05 泉	ビューティーフローヨガ 18:00～18:50 山中 ピラティス 19:10～20:00 Nao		
12	13	14	15	16	17	18
	リラックスヨガ 16:00～16:50 山中 オリジナルエアロ 18:15～19:05 泉 フィットネスキックボクシング 19:30～20:20 【スパーリングクラス】 野山	フィットネスキックボクシング 19:20～20:10 野山	オリジナルエアロ 18:15～19:05 泉	パワーヨガ NEW 18:00～18:50 山中 ピラティス 19:10～20:00 Nao	デトックスヨガ 16:30～17:20 山中	
19	20	21	22	23	24	25
	パワーヨガ NEW 16:00～16:50 山中	フィットネスキックボクシング 19:00～19:50 野山 ZUMBA 20:00～20:50 エリー		ZUMBA 17:00～17:50 エリー インナービューティー ヨガ NEW 18:00～18:50 山中 ピラティス 19:10～20:00 Nao		
26	27	28	29	30	31	
	デトックスヨガ 16:00～16:50 山中 オリジナルエアロ 18:15～19:05 泉 フィットネスキックボクシング 19:30～20:20 【スパーリングクラス】 野山	フィットネスキックボクシング 19:20～20:10 野山	ZUMBA 20:00～20:50 エリー	姿勢改善ヨガ 18:00～18:50 山中 ピラティス 19:10～20:00 Nao		

【FIT-EARO】の隣り【LIVE EARO STUDIO】にて開催レッスン開始の5分前より入室下さい。

スタッフタイム 10:00～20:00 ※スケジュールは変更の可能性もあります。

2026年 10月

FIT-EASY 伊賀店 STUDIO LESSON

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
			1	2 ベーシッククラス 21:00～21:50 ※道着無し ミカミ アドバンスクラス 21:50～22:40 道着無し ミカミ スパーリングクラス 22:40～23:30 ※道着無し ミカミ	3	4
5 ベーシッククラス 20:30～21:20 ミカミ アドバンスクラス 21:20～22:10 ミカミ スパーリングクラス 22:10～23:00 ミカミ	6	7 ベーシッククラス 21:20～22:10 ミカミ アドバンスクラス 22:10～23:00 ミカミ スパーリングクラス 23:00～23:50 ミカミ	8	9 ベーシッククラス 21:00～21:50 ※道着無し ミカミ アドバンスクラス 21:50～22:40 道着無し ミカミ スパーリングクラス 22:40～23:30 ※道着無し ミカミ	10	11
12 ベーシッククラス 20:30～21:20 ミカミ アドバンスクラス 21:20～22:10 ミカミ スパーリングクラス 22:10～23:00 ミカミ	13	14 ベーシッククラス 20:30～21:20 ミカミ アドバンスクラス 21:20～22:10 ミカミ スパーリングクラス 22:10～23:00 ミカミ	15	16	17	18
19 ベーシッククラス 20:30～21:20 ミカミ アドバンスクラス 21:20～22:10 ミカミ スパーリングクラス 22:10～23:00 ミカミ	20	21 ベーシッククラス 21:20～22:10 ミカミ アドバンスクラス 22:10～23:00 ミカミ スパーリングクラス 23:00～23:50 ミカミ	22	23 ベーシッククラス 21:00～21:50 ※道着無し ミカミ アドバンスクラス 21:50～22:40 道着無し ミカミ スパーリングクラス 22:40～23:30 ※道着無し ミカミ	24	25
26 ベーシッククラス 20:30～21:20 ミカミ アドバンスクラス 21:20～22:10 ミカミ スパーリングクラス 22:10～23:00 ミカミ	27	28 ベーシッククラス 20:30～21:20 ミカミ アドバンスクラス 21:20～22:10 ミカミ スパーリングクラス 22:10～23:00 ミカミ	29	30 ベーシッククラス 21:00～21:50 ※道着無し ミカミ アドバンスクラス 21:50～22:40 道着無し ミカミ スパーリングクラス 22:40～23:30 ※道着無し ミカミ		

【FIT-EARO】の隣り【LIVE EARO STUDIO】にて開催レッスン開始の5分前より入室下さい。

スタッフタイム 10:00～20:00 ※スケジュールは変更の可能性もあります。