REDY'S GYM神戸三宮店 【 04/01 ～ 04/08 】 スケジュール

2026/03/17 更新

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ～ 11:30 PRE ADVANCE (上級者) AYUKA		10:30 ～ 11:30 FULL BODY BURN Lv.2 FUKA	10:30 ～ 11:00 BOOTY SHION	10:30 ～ 11:30 BASIC (体験OK) Natsuki		10:30 ～ 11:30 BOOTY & LEGS COMING SOON	10:30 ～ 11:00 CHEST & BACK SHION
12:15 ～ 13:15 LEGS & LOWER ABS (体験OK) LEE		12:15 ～ 13:15 WAIST & BOOTY FUKA	12:15 ～ 13:15 PRE BASIC (初心者用)(体験OK) SHION	12:15 ～ 12:45 BOOTY Natsuki		12:15 ～ 13:15 BACK & ARMS COMING SOON	12:15 ～ 13:15 FULL BODY BURN Lv.1 SHION
13:15 ～ 13:45 お試し体験会		13:15 ～ 13:45 お試し体験会	14:00 ～ 15:00 KUBIRE WORKOUT (体験OK) AYUKA	14:00 ～ 15:00 LEGS & LOWER ABS (体験OK) SHION		13:15 ～ 13:45 お試し体験会	13:15 ～ 13:45 お試し体験会
CLOSE	CLOSE	CLOSE	15:45 ～ 16:15 CHEST & BACK SHION 17:30 ～ 18:30 ADVANCE AYUKA CLOSE	15:45 ～ 16:45 THE TRAINING AYUKA 17:30 ～ 18:00 ABS (体験OK) SHION 18:00 ～ 18:30 お試し体験会 CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE
17:30 ～ 18:30 KUBIRE WORKOUT (体験OK) LEE		17:30 ～ 18:30 PRE BASIC (初心者用)(体験OK) SHION				17:30 ～ 18:00 CHEST & BACK AYUKA	17:30 ～ 18:30 BASIC (体験OK) Natsuki
19:15 ～ 20:15 WAIST & BOOTY COMING SOON		19:15 ～ 20:15 THE TRAINING AYUKA				19:15 ～ 20:15 BASIC (体験OK) COMING SOON	19:15 ～ 19:45 BOOTY Natsuki
21:00 ～ 22:00 FULL BODY BURN Lv.1 SHION		21:00 ～ 21:30 ABS (体験OK) SHION				21:00 ～ 22:00 PRE ADVANCE (上級者) AYUKA	21:00 ～ 22:00 WAIST & BOOTY AYUKA

REDY'S GYM神戸三宮店 【 04/09 ～ 04/16 】 スケジュール

2026/03/17 更新

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16
木	金	土	日	月	火	水	木
CLOSE	10:30 ～ 11:30 KUBIRE WORKOUT (体験OK) AYUKA 12:15 ～ 13:15 THE TRAINING AYUKA CLOSE 17:30 ～ 18:30 BOOTY & LEGS COMING SOON 19:15 ～ 20:15 PRE BASIC (初心者用)(体験OK) SHION 21:00 ～ 22:00 BACK & ARMS COMING SOON	10:30 ～ 11:30 PRE ADVANCE (上級者) AYUKA 12:15 ～ 13:15 LEGS & LOWER ABS (体験OK) SHION 14:00 ～ 15:00 PRE BASIC (初心者用)(体験OK) AYUKA 15:45 ～ 16:45 BACK & ARMS COMING SOON 17:30 ～ 18:00 CHEST & BACK SHION 18:00 ～ 18:30 お試し体験会 CLOSE	10:30 ～ 11:00 ABS (体験OK) SHION 12:15 ～ 13:15 BACK & ARMS COMING SOON 14:00 ～ 15:00 BASIC (体験OK) COMING SOON 15:45 ～ 16:45 BOOTY & LEGS COMING SOON 17:30 ～ 18:30 FULL BODY BURN Lv.1 SHION CLOSE	CLOSE	10:30 ～ 11:30 LEGS & LOWER ABS (体験OK) SHION 12:15 ～ 13:15 ADVANCE COMING SOON 13:15 ～ 13:45 お試し体験会 CLOSE 17:30 ～ 18:30 BASIC (体験OK) Natsuki 19:15 ～ 19:45 BOOTY Natsuki 21:00 ～ 22:00 FULL BODY BURN Lv.2 AYUKA	10:30 ～ 11:30 BOOTY & LEGS COMING SOON 12:15 ～ 12:45 ABS (体験OK) SHION CLOSE 17:30 ～ 18:30 WAIST & BOOTY AYUKA 19:15 ～ 20:15 BASIC (体験OK) COMING SOON 21:00 ～ 22:00 KUBIRE WORKOUT (体験OK) AYUKA	CLOSE

・レッスン説明＆練習 15分＋レッスン45分となります。(CHEST&BACK/BOOTY/ABSはレッスン30分となります。)
・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細は WEBサイトをご確認ください。
・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、 1時間前迄にお願いしております。
・レッスン開始時刻 1時間前を切ってのキャンセルは時間外キャンセルとなります。

REDY'S GYM神戸三宮店 【 04/17 ～ 04/24 】 スケジュール

更新 2026/03/17

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ～ 11:00 CHEST & BACK AYUKA	10:30 ～ 11:30 ADVANCE COMING SOON	10:30 ～ 11:30 BACK & ARMS COMING SOON		10:30 ～ 11:30 KUBIRE WORKOUT (体験OK) AYUKA	10:30 ～ 11:30 PRE BASIC (初心者用)(体験OK) AYUKA		10:30 ～ 11:30 PRE BASIC (初心者用)(体験OK) SHION
12:15 ～ 13:15 FULL BODY BURN Lv.2 AYUKA	12:15 ～ 13:15 BASIC (体験OK) COMING SOON	12:15 ～ 13:15 PRE BASIC (初心者用)(体験OK) AYUKA		12:15 ～ 13:15 PRE ADVANCE (上級者) AYUKA	12:15 ～ 13:15 FULL BODY BURN Lv.2 AYUKA		12:15 ～ 12:45 CHEST & BACK SHION
13:15 ～ 13:45 お試し体験会	14:00 ～ 14:30 ABS (体験OK) SHION	14:00 ～ 15:00 BOOTY & LEGS COMING SOON		13:15 ～ 13:45 お試し体験会	CLOSE		12:45 ～ 13:15 お試し体験会
CLOSE	15:45 ～ 16:45 WAIST & BOOTY AYUKA 17:30 ～ 18:30 LEGS & LOWER ABS (体験OK) AYUKA	15:45 ～ 16:15 CHEST & BACK AYUKA 17:30 ～ 18:30 WAIST & BOOTY AYUKA	CLOSE	CLOSE		CLOSE	CLOSE
17:30 ～ 18:30 BACK & ARMS COMING SOON	CLOSE	CLOSE		17:30 ～ 18:30 FULL BODY BURN Lv.1 SHION	17:30 ～ 18:00 ABS (体験OK) SHION		17:30 ～ 18:30 THE TRAINING AYUKA
19:15 ～ 20:15 LEGS & LOWER ABS (体験OK) SHION				19:15 ～ 20:15 BACK & ARMS COMING SOON	19:15 ～ 20:15 ADVANCE COMING SOON		19:15 ～ 20:15 BASIC (体験OK) COMING SOON
21:00 ～ 22:00 ADVANCE COMING SOON				21:00 ～ 22:00 LEGS & LOWER ABS (体験OK) SHION	21:00 ～ 22:00 BOOTY & LEGS COMING SOON		21:00 ～ 21:30 BOOTY AYUKA

REDY'S GYM神戸三宮店 【 04/25 ～ 04/30 】 スケジュール

更新 2026/03/17

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
土	日	月	火	水	木
10:30 ～ 11:30 BOOTY & LEGS COMING SOON	9:30 ～ 11:30 REDY'S RUNNING CLUB		10:30 ～ 11:30 BACK & ARMS COMING SOON	10:30 ～ 11:30 BASIC (体験OK) COMING SOON	
12:15 ～ 12:45 ABS (体験OK) SHION	12:15 ～ 13:15 BASIC (体験OK) COMING SOON		12:15 ～ 13:15 BOOTY & LEGS COMING SOON	12:15 ～ 13:15 THE TRAINING AYUKA	
14:00 ～ 15:00 PRE ADVANCE (上級者) AYUKA	14:00 ～ 15:00 THE TRAINING COMING SOON		13:15 ～ 13:45 お試し体験会	14:00 ～ 15:00 FULL BODY BURN Lv.1 SHION	
15:45 ～ 16:45 LEGS & LOWER ABS (体験OK) SHION	15:45 ～ 16:45 BACK & ARMS COMING SOON			15:45 ～ 16:45 WAIST & BOOTY AYUKA	
17:30 ～ 18:30 WAIST & BOOTY AYUKA	17:30 ～ 18:30 PRE BASIC (初心者用)(体験OK) AYUKA	CLOSE	CLOSE	17:30 ～ 18:00 ABS (体験OK) SHION	CLOSE
CLOSE	CLOSE		17:30 ～ 18:30 FULL BODY BURN Lv.2 COMING SOON	CLOSE	
			19:15 ～ 20:15 KUBIRE WORKOUT (体験OK) AYUKA		
			21:00 ～ 21:30 BOOTY Natsuki		

・レッスン説明＆練習15分＋レッスン45分となります。(CHEST&BACK/BOOTY/ABSはレッスン30分となります。)
・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。
・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。
・レッスン開始時刻1時間前を切ってのキャンセルは時間外キャンセルとなります。