

REDY'S GYM 渋谷店		【	07/01	～	07/08	】	スケジュール		2026/06/16 更新		
07/01	07/02		07/03		07/04		07/05		07/06	07/07	07/08
水	木		金		土		日		月	火	水
10:00 ～ 10:30	CLOSE		10:00 ～ 11:00		10:00 ～ 11:00		10:00 ～ 10:30		CLOSE	10:00 ～ 11:00	10:00 ～ 11:00
CHEST & BACK			LEGS & LOWER ABS (体験OK)		BACK & ARMS		BOOTY			PRE ADVANCE (上級者)	THE TRAINING
FUKA			COMING SOON		CHIIHIRO.Y		TOKI			FUKA	CHIIHIRO.Y
11:30 ～ 12:30			11:30 ～ 12:30		11:30 ～ 12:30		11:30 ～ 12:30			11:30 ～ 12:30	11:30 ～ 12:00
FULL BODY BURN Lv.2			PRE ADVANCE (上級者)		WAIST & BOOTY		KUBIRE WORKOUT (体験OK)			LEGS & LOWER ABS (体験OK)	CHEST & BACK
LEE			FUKA		CHINATSU		CHINATSU			COMING SOON	FUKA
12:30 ～ 13:00			13:00 ～ 13:30		13:00 ～ 14:00		13:00 ～ 14:00			13:00 ～ 14:00	CLOSE
お試し体験会			BOOTY		PRE ADVANCE (上級者)		BOOTY & LEGS (体験OK)			THE TRAINING	
			CHIIHIRO.Y		CHIIHIRO.Y		TOKI			FUKA	
CLOSE			CLOSE		14:30 ～ 15:30		14:30 ～ 15:30			14:00 ～ 14:30	
		BOOTY & LEGS (体験OK)			FULL BODY BURN Lv.1		お試し体験会				
		CHINATSU			CHINATSU		CLOSE				
		16:00 ～ 17:00			16:00 ～ 17:00						
		FULL BODY BURN Lv.2			BASIC (体験OK)						
17:00 ～ 17:30	16:30 ～ 17:30		17:30 ～ 18:00		17:30 ～ 18:30		17:30 ～ 18:30	16:30 ～ 17:30			
お試し体験会	KUBIRE WORKOUT (体験OK)		ABS (体験OK)		WAIST & BOOTY		ADVANCE				
	LEE		CHINATSU		CHINATSU		CHIIHIRO.Y				
18:00 ～ 19:00	18:00 ～ 18:30	18:00 ～ 19:00	18:00 ～ 18:30		CLOSE		18:00 ～ 18:30	18:00 ～ 19:00			
PRE BASIC (初心者用) (体験OK)	BOOTY	BACK & ARMS	お試し体験会			ABS (体験OK)	KUBIRE WORKOUT (体験OK)				
CHIIHIRO.Y	FUKA	LEE				FUKA	CHINATSU				
19:30 ～ 20:30	19:30 ～ 20:30	19:30 ～ 20:00	CLOSE			19:30 ～ 20:30	19:30 ～ 20:30				
WAIST & BOOTY	SPECIAL LESSON	CHEST & BACK				SPECIAL LESSON	FULL BODY BURN Lv.1				
LEE	RICO	FUKA				RICO	MAKO				
21:00 ～ 21:30	21:00 ～ 22:00	21:00 ～ 22:00				21:00 ～ 22:00	21:00 ～ 22:00				
ABS (体験OK)	SPECIAL LESSON	BASIC (体験OK)				SPECIAL LESSON	PRE ADVANCE (上級者)				
CHIIHIRO.Y	RICO	LEE		RICO		MAKO					

REDY'S GYM 渋谷店		【 07/09 ~ 07/16 】		スケジュール		2026/06/16 更新		
07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16	
木	金	土	日	月	火	水	木	
CLOSE	10:00 ~ 11:00 BOOTY & LEGS (体験OK)	10:00 ~ 10:30 ABS (体験OK)	10:00 ~ 11:00 LEGS & LOWER ABS (体験OK)	CLOSE	10:00 ~ 11:00 PRE BASIC (初心者用)(体験OK)	10:00 ~ 11:00 KUBIRE WORKOUT (体験OK)	CLOSE	
	CHINATSU	LEE	COMING SOON		CHIIHIRO.Y	CHINATSU		
	11:30 ~ 12:30 PRE BASIC (初心者用)(体験OK)	11:30 ~ 12:30 BASIC (体験OK)	11:30 ~ 12:30 BACK & ARMS		11:30 ~ 12:30 ADVANCE	11:30 ~ 12:30 BOOTY & LEGS (体験OK)		
	FUKA	TOKI	LEE		FUKA	LEE		
	13:00 ~ 14:00 FULL BODY BURN Lv.1	13:00 ~ 14:00 WAIST & BOOTY	13:00 ~ 14:00 BASIC (体験OK)		13:00 ~ 13:30 CHEST & BACK	CLOSE		
	CHINATSU	LEE	CHINATSU		CHIIHIRO.Y			
	14:00 ~ 14:30 お試し体験会	14:30 ~ 15:00 BOOTY	14:30 ~ 15:30 PRE BASIC (初心者用)(体験OK)		CLOSE			
	CLOSE	TOKI	CHIIHIRO.Y					CLOSE
		16:00 ~ 17:00 ADVANCE	16:00 ~ 17:00 KUBIRE WORKOUT (体験OK)					
		LEE	LEE					
		17:30 ~ 18:30 BOOTY & LEGS (体験OK)	17:30 ~ 18:30 FULL BODY BURN Lv.2					
16:30 ~ 17:00 ABS (体験OK)		TOKI	COMING SOON	16:30 ~ 17:30 FULL BODY BURN Lv.1				
CHINATSU			CHINATSU					
18:00 ~ 19:00 FULL BODY BURN Lv.1	18:00 ~ 19:00 BASIC (体験OK)	CLOSE	CLOSE	18:00 ~ 19:00 LEGS & LOWER ABS (体験OK)	18:00 ~ 18:30 CHEST & BACK	18:00 ~ 19:00 WAIST & BOOTY		
CHINATSU	LEE			FUKA	FUKA	CHINATSU		
19:30 ~ 20:30 BACK & ARMS	19:30 ~ 20:30 THE TRAINING			19:30 ~ 20:00 ABS (体験OK)	19:30 ~ 20:30 ADVANCE	19:30 ~ 20:30 BOOTY & LEGS (体験OK)		
CHIIHIRO.Y	FUKA			CHINATSU	FUKA	LEE		
21:00 ~ 22:00 ADVANCE	21:00 ~ 22:00 WAIST & BOOTY			21:00 ~ 22:00 THE TRAINING	21:00 ~ 22:00 FULL BODY BURN Lv.2	21:00 ~ 21:30 ABS (体験OK)		
CHIIHIRO.Y	LEE			FUKA	CHIIHIRO.Y	CHINATSU		

・レッスンの説明と練習 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 サイトをご覧ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前までにお願ひしております。
 ・レッスン開始時刻 1時間前を切ったキャンセルは時間外キャンセルとなります。

REDY'S GYM 渋谷店			【 07/17 ~ 07/24 】	スケジュール		2026/06/16 更新				
07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24			
金	土	日	月	火	水	木	金			
10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	CLOSE	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	CLOSE	10:00 ~ 10:30			
FULL BODY BURN Lv.1	LEGS & LOWER ABS (体験OK)	ADVANCE		BASIC (体験OK)	BACK & ARMS		ABS (体験OK)			
CHINATSU	COMING SOON	FUKA		CHINATSU	LEE		LEE			
11:30 ~ 12:30	11:30 ~ 12:30	11:30 ~ 12:30		11:30 ~ 12:30	11:30 ~ 12:30		11:30 ~ 12:30			
LEGS & LOWER ABS (体験OK)	FULL BODY BURN Lv.2	WAIST & BOOTY		BACK & ARMS	THE TRAINING		BOOTY & LEGS (体験OK)			
COMING SOON	COMING SOON	LEE		FUKA	FUKA		TOKI			
13:00 ~ 14:00	13:00 ~ 14:00	13:00 ~ 13:30		13:00 ~ 14:00	CLOSE		13:00 ~ 14:00			
WAIST & BOOTY	KUBIRE WORKOUT (体験OK)	ABS (体験OK)		FULL BODY BURN Lv.2			BASIC (体験OK)			
CHINATSU	LEE	FUKA		COMING SOON			LEE			
CLOSE	14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30		CLOSE			CLOSE			
	BACK & ARMS	PRE ADVANCE (上級者)								
	CHIIHIRO.Y	CHIIHIRO.Y								
	16:00 ~ 17:00	16:00 ~ 17:00								
BOOTY & LEGS (体験OK)	LEGS & LOWER ABS (体験OK)									
CHINATSU	LEE									
17:00 ~ 17:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30					
お試し体験会	ADVANCE	THE TRAINING		LEGS & LOWER ABS (体験OK)	PRE BASIC (初心者用)(体験OK)					
	LEE	CHIIHIRO.Y		LEE	CHIIHIRO.Y					
18:00 ~ 18:30	CLOSE	CLOSE		18:00 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
BOOTY				CHEST & BACK	FULL BODY BURN Lv.1	BACK & ARMS	THE TRAINING			
FUKA				FUKA	CHINATSU	COMING SOON	CHIIHIRO.Y			
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:00			
PRE ADVANCE (上級者)				KUBIRE WORKOUT (体験OK)	LEGS & LOWER ABS (体験OK)	THE TRAINING	BOOTY			
CHIIHIRO.Y				LEE	COMING SOON	CHIIHIRO.Y	TOKI			
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
BOOTY & LEGS (体験OK)				PRE ADVANCE (上級者)	WAIST & BOOTY	FULL BODY BURN Lv.1	PRE BASIC (初心者用)(体験OK)			
FUKA				FUKA	CHINATSU	CHINATSU	CHIIHIRO.Y			

REDY'S GYM 渋谷店		【 07/25 ~ 07/31 】	スケジュール		2026/06/16 更新	
07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31
土	日	月	火	水	木	金
10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	CLOSE	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	CLOSE	10:00 ~ 11:00
KUBIRE WORKOUT (体験OK)	WAIST & BOOTY		BOOTY & LEGS (体験OK)	PRE ADVANCE (上級者)		FULL BODY BURN Lv.2
CHINATSU	CHINATSU		TOKI	FUKA		LEE
11:30 ~ 12:30	11:30 ~ 12:30		11:30 ~ 12:30	11:30 ~ 12:00		11:30 ~ 12:30
PRE BASIC (初心者用)/(体験OK)	LEGS & LOWER ABS (体験OK)		FULL BODY BURN Lv.1	BOOTY		BASIC (体験OK)
CHIIHIRO.Y	COMING SOON		CHINATSU	CHIIHIRO.Y		CHINATSU
13:00 ~ 14:00	13:00 ~ 14:00		13:00 ~ 13:30	12:00 ~ 12:30		13:00 ~ 14:00
BACK & ARMS	THE TRAINING		BOOTY	お試し体験会		LEGS & LOWER ABS (体験OK)
COMING SOON	FUKA		TOKI			LEE
14:30 ~ 15:00	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:00	12:30 ~ 13:00		CLOSE
CHEST & BACK	KUBIRE WORKOUT (体験OK)		お試し体験会	お試し体験会		
CHIIHIRO.Y	CHINATSU					
16:00 ~ 17:00	16:00 ~ 16:30		CLOSE	CLOSE		
BASIC (体験OK)	BOOTY					
CHINATSU	FUKA		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:00	
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 19:30		BACK & ARMS		CHEST & BACK	
FULL BODY BURN Lv.2	REDY'S RUNNING CLUB		COMING SOON	CHIIHIRO.Y		
CHIIHIRO.Y			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
CLOSE	CLOSE		PRE ADVANCE (上級者)	ABS (体験OK)	PRE BASIC (初心者用)(体験OK)	ADVANCE
			FUKA	LEE	CHIIHIRO.Y	CHIIHIRO.Y
			19:30 ~ 20:00	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
			CHEST & BACK	PRE BASIC (初心者用)(体験OK)	FULL BODY BURN Lv.2	WAIST & BOOTY
			CHIIHIRO	CHIIHIRO.Y	COMING SOON	FUKA
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 21:30
KUBIRE WORKOUT (体験OK)	ADVANCE		BOOTY & LEGS (体験OK)	ABS (体験OK)		
CHIIHIRO	LEE		CHINATSU	LEE		

・レッスン 初回 8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。)
 ・クラスの変更およびキャンセルは各自に責任をもちます。詳細はWEBサイトをご覧ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお申し立てが必要です。
 ・レッスン開始時刻1時間前を切ったキャンセルは時間外キャンセルとなります。