

REDY'S GYM 渋谷店		【 07/01 ~ 07/08 】		スケジュール		2026/07/18 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	CHIIRO.Y	TOKI		FUKA	CHIIRO.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	
CLOSE		CHIIRO.Y	CHIIRO.Y	TOKI		FUKA	
		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	CLOSE	17:30 ~ 18:00	17:30 ~ 18:30	CLOSE	16:30 ~ 17:30	
お試し体験会	KUBIRE WORKOUT (体験OK)		ABS (体験OK)	WAIST & BOOTY		ADVANCE	
18:00 ~ 19:00	LEE		CHINATSU	CHINATSU		CHIIRO.Y	
	18:00 ~ 18:30		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 18:30		18:00 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00
	BOOTY		BACK & ARMS	お試し体験会		ABS (体験OK)	KUBIRE WORKOUT (体験OK)
CHIIRO.Y	FUKA		LEE	CLOSE		FUKA	CHINATSU
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:00			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)
CHIIRO.Y	RICO		LEE			RICO	MAKO

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

REDY'S GYM 渋谷店		【 07/25 ~ 07/31 】		スケジュール		2026/07/18 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)		
CHIHIRO.Y	COMING SOON		CHINATSU	CHIHIRO.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				
CHIHIRO.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		CHIHIRO.Y			
CHIHIRO.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	CHIHIRO.Y	CHIHIRO.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		
			CHIHIRO	CHIHIRO.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)		
		CHIHIRO	LEE	CHINATSU	LEE			

・レッスン 朝晩各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。