

REDY'S GYM 銀座店		【	08/01	～	08/08	】	スケジュール	2026/07/14 更新				
08/01	08/02		08/03		08/04		08/05	08/06	08/07	08/08		
土	日		月		火		水	木	金	土		
10:00 ～ 10:45	10:00 ～ 10:45		CLOSE		10:00 ～ 10:45		10:00 ～ 10:45	CLOSE	10:00 ～ 10:45	10:00 ～ 10:45		
SPECIAL LESSON	PRE BASIC (初心者用) (体験OK)				ADVANCE	KUBIRE WORKOUT (体験OK)	BOOTY & LEGS (体験OK)		LEGS & LOWER ABS (体験OK)			
	COMING SOON				MIKU	MIKU.A	MIKU		AI			
11:45 ～ 12:30	11:45 ～ 12:30				11:45 ～ 12:15	11:45 ～ 12:30	11:45 ～ 12:30		11:45 ～ 12:30			
FULL BODY BURN Lv.1	BACK & ARMS (体験OK)				BOOTY	BOOTY & LEGS (体験OK)	PRE ADVANCE(上級者)		WAIST & BOOTY			
BETTY	MIKU.A				MIKU.A	AI	MIKU.A		MIKU.A			
13:30 ～ 14:15	13:30 ～ 14:15				CLOSE	13:30 ～ 14:00	CLOSE		CLOSE	13:30 ～ 14:15		
BASIC (体験OK)	BOOTY & LEGS (体験OK)										PRE BASIC (初心者用) (体験OK)	
AI	AI										COMING SOON	
15:15 ～ 16:00	15:15 ～ 16:30										15:15 ～ 15:45	
KUBIRE WORKOUT (体験OK)	PRE ADVANCE(上級者)					お試し体験会				BOOTY		
BETTY	MIKU.A					14:00 ～ 14:30				MIKU		
17:00 ～ 17:45	CLOSE					15:30 ～ 16:00				15:30 ～ 16:00	17:00 ～ 17:45	
ADVANCE					お試し体験会	お試し体験会	お試し体験会		BASIC (体験OK)			
MIKU.A									MIKU.A			
CLOSE					CLOSE	16:00 ～ 16:30	15:00 ～ 15:30				16:00 ～ 16:30	CLOSE
						お試し体験会	お試し体験会				お試し体験会	
		17:30 ～ 18:15	17:30 ～ 18:00	17:30 ～ 18:15		17:30 ～ 18:15						
		BASIC (体験OK)	ABS (体験OK)	PRE ADVANCE(上級者)		PRE BASIC (初心者用) (体験OK)						
		BETTY	MIKU	MIKU.A		COMING SOON						
		19:15 ～ 20:00	19:15 ～ 20:00	19:15 ～ 20:00		19:15 ～ 20:00						
		LEGS & LOWER ABS (体験OK)	PRE BASIC (初心者用) (体験OK)	BASIC (体験OK)		FULL BODY BURN Lv.1						
		AI	COMING SOON	AI		MIKU.A						
	21:00 ～ 21:45	21:00 ～ 21:45	21:00 ～ 21:45	21:00 ～ 21:45								
WAIST & BOOTY	BACK & ARMS (体験OK)	BOOTY & LEGS (体験OK)	LEGS & LOWER ABS (体験OK)									
BETTY	MIKU	MIKU.A	AI									

REDY'S GYM 銀座店				【	08/09	～	08/16	】	スケジュール	2026/07/14		更新
08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16					
日	月	火	水	木	金	土	日					
10:00 ～ 10:30	CLOSE	10:00 ～ 10:45	10:00 ～ 10:45	CLOSE	7:45 ～ 8:30	10:00 ～ 10:45	10:00 ～ 10:45					
BOOTY		PRE ADVANCE(上級者)	LEGS & LOWER ABS (体験OK)		BASIC (体験OK)	KUBIRE WORKOUT (体験OK)	PRE ADVANCE(上級者)					
MIKU		MIKU.A	BETTY		AI	BETTY	MIKU					
11:45 ～ 12:30		11:45 ～ 12:30	11:45 ～ 12:30		10:00 ～ 10:45	11:45 ～ 12:30	11:45 ～ 12:30					
KUBIRE WORKOUT (体験OK)		BOOTY & LEGS (体験OK)	BASIC (体験OK)		FULL BODY BURN Lv.1	BASIC (体験OK)	BOOTY & LEGS (体験OK)					
BETTY		BETTY	AI		MIKU	AI	BETTY					
13:30 ～ 14:15		13:30 ～ 14:15	CLOSE		11:45 ～ 12:30	13:30 ～ 14:15	13:30 ～ 14:15					
PRE ADVANCE(上級者)		KUBIRE WORKOUT (体験OK)			BOOTY & LEGS (体験OK)	SPECIAL LESSON	青尻革命 By KEN					
MIKU		MIKU		AI	RICO	COMING SOON						
15:15 ～ 16:00		15:15 ～ 16:00		13:30 ～ 14:00	15:15 ～ 16:00	15:15 ～ 16:00						
LEGS & LOWER ABS (体験OK)		BACK & ARMS (体験OK)	お試し体験会	SPECIAL LESSON	BASIC (体験OK)							
BETTY		MIKU.A		RICO	BETTY							
CLOSE		17:00 ～ 17:45	CLOSE	15:30 ～ 16:00	15:30 ～ 16:00	17:00 ～ 17:45	CLOSE					
		FULL BODY BURN Lv.1		お試し体験会	お試し体験会	PRE ADVANCE(上級者)						
		MIKU				MIKU.A						
		CLOSE		16:00 ～ 16:30	16:00 ～ 16:30	CLOSE						
				お試し体験会	お試し体験会							
	17:30 ～ 18:00			17:30 ～ 18:15	17:30 ～ 18:15							
	BOOTY			PRE BASIC (初心者用) (体験OK)	ADVANCE							
	MIKU			BETTY	MIKU.A							
	19:15 ～ 20:00			19:15 ～ 20:00	19:15 ～ 20:00							
WAIST & BOOTY	BACK & ARMS (体験OK)		SPECIAL LESSON									
MIKU.A	AI	RICO										
21:00 ～ 21:45	21:00 ～ 21:30	21:00 ～ 21:45	CLOSE									
ADVANCE	BOOTY	SPECIAL LESSON										
MIKU	BETTY	RICO										

・レッスン説明&練習 10分+レッスン 35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時間前を切ったキャンセルは時間外キャンセルとなります。

REDY'S GYM 銀座店		【 08/17 ~ 08/24 】		スケジュール		2026/07/14 更新		
08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24	
月	火	水	木	金	土	日	月	
CLOSE	10:00 ~ 10:30 ABS (体験OK) BETTY	10:00 ~ 10:45 育児革命 By KEN COMING SOON	CLOSE	10:00 ~ 10:45 PRE BASIC (初心者用)(体験OK) COMING SOON	10:00 ~ 10:45 育児革命 By KEN COMING SOON	10:00 ~ 10:45 FULL BODY BURN Lv.1 BETTY	CLOSE	
	11:45 ~ 12:30 育児革命 By KEN COMING SOON	11:45 ~ 12:30 LEGS & LOWER ABS (体験OK) AI		11:45 ~ 12:30 BACK & ARMS (体験OK) COMING SOON	11:45 ~ 12:30 WAIST & BOOTY BETTY	11:45 ~ 12:30 BASIC (体験OK) AI		
	13:30 ~ 14:00 お試し体験会	CLOSE		CLOSE	13:30 ~ 14:15 PRE BASIC (初心者用)(体験OK) COMING SOON	13:30 ~ 14:15 KUBIRE WORKOUT (体験OK) BETTY		
	14:00 ~ 14:30 お試し体験会				15:15 ~ 15:45 ABS (体験OK) BETTY	15:15 ~ 16:00 PRE BASIC (初心者用)(体験OK) COMING SOON		
	15:30 ~ 16:00 お試し体験会				17:00 ~ 17:45 LEGS & LOWER ABS (体験OK) AI	CLOSE		
	16:00 ~ 16:30 お試し体験会							
	17:30 ~ 18:15 PRE BASIC (初心者用)(体験OK) COMING SOON				17:30 ~ 18:15 BASIC (体験OK) BETTY			17:30 ~ 18:00 ABS (体験OK) CHIHIRO
	19:15 ~ 20:00 WAIST & BOOTY BETTY				19:15 ~ 20:00 SPECIAL LESSON RICO			19:15 ~ 20:00 KUBIRE WORKOUT (体験OK) BETTY
	21:00 ~ 21:45 BACK & ARMS (体験OK) AI	21:00 ~ 21:45 SPECIAL LESSON RICO		21:00 ~ 21:45 ADVANCE MIKU.A	21:00 ~ 21:45 育児革命 By KEN COMING SOON			

REDY'S GYM 銀座店		【 08/25 ~ 08/31 】		スケジュール		2026/07/14 更新	
08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31	
火	水	木	金	土	日	月	
7:45 ~ 8:30	10:00 ~ 10:45	CLOSE	7:45 ~ 8:30	10:00 ~ 10:45	10:00 ~ 10:45	CLOSE	
FULL BODY BURN Lv.1	PRE BASIC (初心者用)(体験OK)		ADVANCE	BACK & ARMS (体験OK)	育児革命 By KEN		
BETTY	BETTY		MIKU	AI	COMING SOON		
10:00 ~ 10:45	11:45 ~ 12:30		10:00 ~ 10:45	11:45 ~ 12:30	11:45 ~ 12:15		
育児革命 By KEN	育児革命 By KEN		KUBIRE WORKOUT (体験OK)	育児革命 By KEN	ABS (体験OK)		
COMING SOON	COMING SOON		BETTY	COMING SOON	BETTY		
11:45 ~ 12:30	CLOSE		11:45 ~ 12:30	13:30 ~ 14:15	13:30 ~ 14:15		
WAIST & BOOTY			育児革命 By KEN	LEGS & LOWER ABS (体験OK)	BASIC (体験OK)		
BETTY			COMING SOON	AI	AI		
13:30 ~ 14:00			CLOSE	CLOSE	15:15 ~ 16:00		15:15 ~ 16:00
お試し体験会					ADVANCE		FULL BODY BURN Lv.1
					MIKU.A		MIKU.A
14:00 ~ 14:30					17:00 ~ 17:45		17:00 ~ 19:00
お試し体験会					WAIST & BOOTY		REDY'S RUNNING CLUB
16:00 ~ 16:30				MIKU.A	BETTY		
お試し体験会				CLOSE	CLOSE		CLOSE
17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:15				
LEGS & LOWER ABS (体験OK)	KUBIRE WORKOUT (体験OK)	WAIST & BOOTY	育児革命 By KEN				
AI	MIKU	BETTY	COMING SOON				
19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:00				
育児革命 By KEN	BACK & ARMS (体験OK)	LEGS & LOWER ABS (体験OK)	PRE BASIC (初心者用)(体験OK)				
COMING SOON	AI	AI	BETTY				
21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 21:45				
PRE BASIC (初心者用)(体験OK)	育児革命 By KEN	FULL BODY BURN Lv.1	BACK & ARMS (体験OK)				
COMING SOON	COMING SOON	BETTY	MIKU.A				

・レッスン開始と練習10分+レッスン35分となります。
 ・クラスの変更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。