

REDY'S GYM 渋谷店		【 09/01 ~ 09/08 】	スケジュール		2026/08/14 更新		
09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08
火	水	木	金	土	日	月	火
10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	CLOSE	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	CLOSE	10:00 ~ 10:30
KUBIRE WORKOUT (体験OK)	BASIC (体験OK)		WAIST & BOOTY	PRE ADVANCE (上級者)	FULL BODY BURN Lv.1		ABS (体験OK)
FUKA	CHINATSU		CHINATSU	LEE	CHINATSU		LEE
11:30 ~ 12:30	11:30 ~ 12:30		11:30 ~ 12:30	11:30 ~ 12:30	11:30 ~ 12:00		11:30 ~ 12:30
THE TRAINING	PRE BASIC (初心者用)(体験OK)		PRE ADVANCE (上級者)	育児革命 By KEN (体験OK)	BOOTY		ADVANCE
FUKA	LEE		CHIIHIRO.Y	FUKA	FUKA		FUKA
13:00 ~ 13:30	12:30 ~ 13:00		13:00 ~ 14:00	13:00 ~ 14:00	13:00 ~ 14:00		13:00 ~ 14:00
CHEST & BACK	お試し体験会		FULL BODY BURN Lv.2	BACK & ARMS	BOOTY & LEGS (体験OK)		PRE ADVANCE (上級者)
CHIIHIRO.Y			CHINATSU	LEE	CHINATSU		COMING SOON
CLOSE	CLOSE		CLOSE	CLOSE	14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30
		WAIST & BOOTY			BACK & ARMS	15:00 ~ 15:30	
		FUKA			LEE		お試し体験会
		16:00 ~ 17:00			16:00 ~ 17:00		
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:00	16:30 ~ 17:30	17:30 ~ 18:00	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		16:30 ~ 17:30
育児革命 By KEN (体験OK)	お試し体験会	PRE BASIC (初心者用)(体験OK)	BOOTY	PRE ADVANCE (上級者)			BACK & ARMS
CHIIHIRO.Y		CHIIHIRO.Y	FUKA	COMING SOON			CHIIHIRO.Y
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 18:30	18:00 ~ 18:30	CLOSE		18:00 ~ 19:00
FULL BODY BURN Lv.2	WAIST & BOOTY	FULL BODY BURN Lv.1	ABS (体験OK)	お試し体験会			THE TRAINING
LEE	FUKA	CHINATSU	FUKA				FUKA
19:30 ~ 20:00	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	CLOSE			19:30 ~ 20:30
BOOTY	BOOTY & LEGS (体験OK)	THE TRAINING	SPECIAL LESSON				LEGS & LOWER ABS (体験OK)
CHIIHIRO.Y	LEE	CHIIHIRO.Y	RICO				CHIIHIRO.Y
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 21:30
BASIC (体験OK)	ADVANCE	KUBIRE WORKOUT (体験OK)	SPECIAL LESSON			CHEST & BACK	
LEE	FUKA	CHINATSU	RICO			FUKA	

REDY'S GYM 渋谷店		【 09/09 ~ 09/16 】		スケジュール		2026/08/14 更新		
09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16	
水	木	金	土	日	月	火	水	
10:00 ~ 11:00	CLOSE	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 10:30	10:00 ~ 11:00	CLOSE	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	
BOOTY & LEGS (体験OK)		THE TRAINING	BOOTY	BASIC (体験OK)		PRE BASIC (初心者用)(体験OK)	FULL BODY BURN Lv.2	
LEE		CHIIHIRO.Y	CHIIHIRO.Y	CHINATSU		LEE	CHINATSU	
11:30 ~ 12:00		11:30 ~ 12:30	11:30 ~ 12:30	11:30 ~ 12:30		11:30 ~ 12:00	11:30 ~ 12:30	
BOOTY		WAIST & BOOTY	BOOTY & LEGS (体験OK)	ADVANCE		CHEST & BACK	PRE BASIC (初心者用)(体験OK)	
FUKA		CHINATSU	CHINATSU	LEE		CHIIHIRO.Y	LEE	
CLOSE		13:00 ~ 13:30	13:00 ~ 14:00	13:00 ~ 14:00		13:00 ~ 14:00	13:00 ~ 14:00	CLOSE
		ABS (体験OK)	FULL BODY BURN Lv.2	育児革命 By KEN (体験OK)		KUBIRE WORKOUT (体験OK)		
		CHIIHIRO.Y	CHIIHIRO.Y	CHIIHIRO.Y		LEE		
		CLOSE	14:30 ~ 15:00	14:30 ~ 15:30		CLOSE		
	ABS (体験OK)		FULL BODY BURN Lv.1	CLOSE				
	CHINATSU		CHINATSU					
	16:00 ~ 17:00		16:00 ~ 17:00					
	PRE BASIC (初心者用)(体験OK)	LEGS & LOWER ABS (体験OK)						
16:30 ~ 17:30	CHIIHIRO.Y	LEE	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30				
PRE ADVANCE (上級者)	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				
COMING SOON	WAIST & BOOTY	BACK & ARMS	BACK & ARMS	BACK & ARMS	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 18:30		
CHINATSU	CHINATSU	CHIIHIRO.Y	CHIIHIRO.Y	CHIIHIRO.Y	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 18:30		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	CLOSE	CLOSE	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 18:30		
BACK & ARMS	PRE BASIC (初心者用)(体験OK)	KUBIRE WORKOUT (体験OK)			BASIC (体験OK)	CHEST & BACK		
CHIIHIRO.Y	CHIIHIRO.Y	LEE			CHINATSU	CHIIHIRO.Y		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
FULL BODY BURN Lv.1	BACK & ARMS	ADVANCE			FULL BODY BURN Lv.2	BASIC (体験OK)		
CHINATSU	LEE	MAKO			Chihiro	LEE		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 21:30			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
LEGS & LOWER ABS (体験OK)	育児革命 By KEN (体験OK)	CHEST & BACK			BOOTY & LEGS (体験OK)	THE TRAINING		
CHIIHIRO.Y	CHIIHIRO.Y	MAKO			Chihiro	CHIIHIRO.Y		

・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。)
 ・クラスの曜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 渋谷店		【 09/17 ~ 09/24 】		スケジュール		2026/08/14 更新					
09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24				
木	金	土	日	月	火	水	木				
CLOSE	10:00 ~ 11:00 KUBIRE WORKOUT (体験OK) LEE	10:00 ~ 11:00 BASIC (体験OK) LEE	10:00 ~ 11:00 THE TRAINING CHIHIRO.Y	CLOSE	10:00 ~ 11:00 LEGS & LOWER ABS (体験OK) LEE	10:00 ~ 11:00 FULL BODY BURN Lv.2 CHINATSU	CLOSE				
	11:30 ~ 12:30 BOOTY & LEGS (体験OK) CHINATSU	11:30 ~ 12:00 BOOTY CHIHIRO.Y	11:30 ~ 12:30 KUBIRE WORKOUT (体験OK) CHINATSU		11:30 ~ 12:30 FULL BODY BURN Lv.1 CHINATSU	11:30 ~ 12:30 LEGS & LOWER ABS (体験OK) CHIHIRO.Y					
	13:00 ~ 14:00 BACK & ARMS LEE	13:00 ~ 14:00 FULL BODY BURN Lv.1 CHINATSU	13:00 ~ 14:00 PRE ADVANCE (上級者) COMING SOON		13:00 ~ 13:30 BOOTY FUKA	13:00 ~ 14:00 育民革命 By KEN (体験OK) FUKA					
	CLOSE	14:30 ~ 15:30 PRE BASIC (初心者用)(体験OK) LEE	14:30 ~ 15:00 CHEST & BACK CHIHIRO.Y		14:30 ~ 15:30 PRE ADVANCE (上級者) COMING SOON	14:30 ~ 15:30 BOOTY & LEGS (体験OK) CHINATSU					
		16:00 ~ 17:00 BACK & ARMS CHIHIRO.Y	16:00 ~ 17:00 ADVANCE LEE		16:00 ~ 17:00 BASIC (体験OK) CHINATSU	16:00 ~ 16:30 CHEST & BACK CHIHIRO.Y					
		CLOSE	CLOSE		17:30 ~ 18:30 育民革命 By KEN (体験OK) FUKA	17:30 ~ 18:30 THE TRAINING FUKA					
					CLOSE						
	16:30 ~ 17:30 FULL BODY BURN Lv.2 LEE	17:00 ~ 17:30 お試し体験会	17:30 ~ 18:30 BOOTY & LEGS (体験OK) CHINATSU					16:30 ~ 17:30 KUBIRE WORKOUT (体験OK) CHINATSU			
	18:00 ~ 18:30 ABS (体験OK) CHINATSU	18:00 ~ 19:00 育民革命 By KEN (体験OK) CHIHIRO.Y									
	19:30 ~ 20:30 WAIST & BOOTY LEE	19:30 ~ 20:30 FULL BODY BURN Lv.1 CHINATSU									
	21:00 ~ 22:00 BASIC (体験OK) CHINATSU	21:00 ~ 22:00 PRE ADVANCE (上級者) CHIHIRO.Y									
							18:00 ~ 19:00 ADVANCE LEE				
							19:30 ~ 20:00 ABS (体験OK) CHINATSU				
							21:00 ~ 22:00 PRE BASIC (初心者用)(体験OK) LEE				

REDY'S GYM 渋谷店			【	09/25	~	09/30	】	スケジュール			
09/25		09/26		09/27		09/28		09/29		09/30	
金		土		日		月		火		水	
10:00 ~ 11:00		10:00 ~ 11:00		10:00 ~ 11:00		CLOSE		10:00 ~ 10:30		10:00 ~ 11:00	
育民革命 By KEN (体験OK)		BACK & ARMS		ADVANCE				BOOTY		WAIST & BOOTY	
CHIHIRO.Y		CHINATSU		LEE				CHIHIRO.Y		CHINATSU	
11:30 ~ 12:00		11:30 ~ 12:30		11:30 ~ 12:30				11:30 ~ 12:30		11:30 ~ 12:30	
CHEST & BACK		PRE BASIC (初心者用)(体験OK)		BACK & ARMS				KUBIRE WORKOUT (体験OK)		FULL BODY BURN Lv.2	
FUKA		CHIHIRO.Y		CHIHIRO.Y				CHINATSU		LEE	
13:00 ~ 14:00		13:00 ~ 14:00		13:00 ~ 13:30				13:00 ~ 14:00		育民革命 By KEN (体験OK)	
ADVANCE		KUBIRE WORKOUT (体験OK)		ABS (体験OK)							
CHIHIRO.Y		FUKA		LEE							
CLOSE		14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30							
		FULL BODY BURN Lv.1		WAIST & BOOTY							
		CHINATSU		COMING SOON							
		16:00 ~ 17:00		16:00 ~ 17:00							
		LEGS & LOWER ABS (体験OK)		BOOTY & LEGS (体験OK)							
		CHIHIRO.Y		LEE							
17:30 ~ 18:00		17:30 ~ 18:00		16:30 ~ 17:30		17:00 ~ 17:30					
CHEST & BACK		FULL BODY BURN Lv.2		PRE ADVANCE (上級者)		お試し体験会					
FUKA		CHIHIRO.Y		FUKA		FUKA					
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 18:30		CLOSE		18:00 ~ 18:30		18:00 ~ 19:00			
LEGS & LOWER ABS (体験OK)		お試し体験会				ABS (体験OK)		THE TRAINING			
LEE		CLOSE				FUKA		FUKA			
19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30			
THE TRAINING						WAIST & BOOTY		LEGS & LOWER ABS (体験OK)			
FUKA						MAKO		CHIHIRO.Y			
21:00 ~ 22:00		CLOSE		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 21:30					
BASIC (体験OK)				FULL BODY BURN Lv.1		BOOTY					
LEE				MAKO		FUKA					

・レッスン 初回 & 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。変更は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。