## REDY'S GYM神戸三宮店 【 11/01 ～ 11/08 】 スケジュール

2026/10/30 更新

| 11/01 | 11/02 | 11/03 | 11/04 | 11/05 | 11/06 | 11/07 | 11/08 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
| 10:30 ～ 11:30<br>BOOTY & LEGS<br>RYOKO | 10:30 ～ 11:30<br>BASIC<br>(体験OK)<br>TINA | 10:30 ～ 11:30<br>K-POP PARTY<br>(体験OK)<br>SHION | 10:30 ～ 11:30<br>育尻革命 By KEN<br>(体験OK)<br>SHION | | 10:30 ～ 11:30<br>REDY'S HYBRID<br>(体験OK)<br>TINA | 10:30 ～ 11:30<br>LEGS & LOWER ABS<br>(体験OK)<br>TINA | |
| 12:15 ～ 13:15<br>K-POP PARTY<br>(体験OK)<br>SHION | 12:15 ～ 13:15<br>FULL BODY BURN Lv.1<br>SHION | 12:15 ～ 12:45<br>BOOTY<br>SHION | 12:15 ～ 12:45<br>ABS<br>(体験OK)<br>TINA | | 12:15 ～ 13:15<br>ADVANCE<br>RYOKO | 12:15 ～ 12:45<br>BOOTY<br>SHION | |
| 14:00 ～ 15:00<br>REDY'S HYBRID<br>(体験OK)<br>RYOKO | 14:00 ～ 14:30<br>ABS<br>(体験OK)<br>TINA | 14:00 ～ 15:00<br>KUBIRE WORKOUT<br>(体験OK)<br>TINA | 13:15 ～ 13:45<br>お試し体験会 | | 13:45 ～ 14:15<br>お試し体験会 | 14:00 ～ 15:00<br>BASIC<br>(体験OK)<br>TINA | |
| 15:45 ～ 16:45<br>育尻革命 By KEN<br>(体験OK)<br>SHION | 15:45 ～ 16:45<br>THE TRAINING<br>SHOIN | 15:45 ～ 16:45<br>PRE BASIC<br>(初心者用)(体験OK)<br>TINA | CLOSE | | CLOSE | 15:45 ～ 16:45<br>FULL BODY BURN Lv.1<br>SHION | |
| 17:30 ～ 18:30<br>ADVANCE<br>RYOKO | 17:30 ～ 18:30<br>LEGS & LOWER ABS<br>(体験OK)<br>TINA | 17:30 ～ 18:30<br>育尻革命 By KEN<br>(体験OK)<br>SHION | | CLOSE | | 17:30 ～ 18:30<br>PRE BASIC<br>(初心者用)(体験OK)<br>TINA | CLOSE |
| CLOSE | CLOSE | CLOSE | 16:30 ～ 17:00<br>お試し体験会<br>17:30 ～ 18:30<br>BACK & ARMS<br>(体験OK)<br>RYOKO<br>19:15 ～ 20:15<br>REDY'S HYBRID<br>(体験OK)<br>TINA<br>21:00 ～ 22:00<br>FULL BODY BURN Lv.2<br>RYOKO | | 16:30 ～ 17:00<br>お試し体験会<br>17:30 ～ 18:30<br>THE TRAINING<br>SHION<br>19:15 ～ 20:15<br>BOOTY & LEGS<br>RYOKO<br>21:00 ～ 22:00<br>育尻革命 By KEN<br>(体験OK)<br>SHION | CLOSE | |

## REDY'S GYM神戸三宮店 【 11/09 ～ 11/16 】 スケジュール

2026/10/30 更新

| 11/09 | 11/10 | 11/11 | 11/12 | 11/13 | 11/14 | 11/15 | 11/16 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 |
| CLOSE | 10:30 ～ 11:30<br>KUBIRE WORKOUT<br>(体験OK)<br>TINA<br>12:15 ～ 13:15<br>ADVANCE<br>RYOKO<br>13:45 ～ 14:15<br>お試し体験会<br>CLOSE<br>16:30 ～ 17:00<br>お試し体験会<br>17:30 ～ 18:30<br>BOOTY & LEGS<br>RYOKO<br>19:15 ～ 20:15<br>BASIC<br>(体験OK)<br>TINA<br>21:00 ～ 22:00<br>BACK & ARMS<br>(体験OK)<br>RYOKO | 10:30 ～ 11:30<br>K-POP PARTY<br>(体験OK)<br>SHION<br>12:15 ～ 13:15<br>REDY'S HYBRID<br>(体験OK)<br>RYOKO<br>CLOSE<br>17:30 ～ 18:30<br>PRE BASIC<br>(初心者用)(体験OK)<br>TINA<br>19:15 ～ 20:15<br>育尻革命 By KEN<br>(体験OK)<br>SHION<br>21:00 ～ 22:00<br>LEGS & LOWER ABS<br>(体験OK)<br>TINA | CLOSE | 10:30 ～ 11:30<br>THE TRAINING<br>SHION<br>12:15 ～ 12:45<br>BOOTY<br>SHION<br>13:15 ～ 13:45<br>お試し体験会<br>CLOSE<br>16:30 ～ 17:00<br>お試し体験会<br>17:30 ～ 18:30<br>KUBIRE WORKOUT<br>(体験OK)<br>TINA<br>19:15 ～ 20:15<br>FULL BODY BURN Lv.2<br>RYOKO<br>21:00 ～ 22:00<br>PRE BASIC<br>(初心者用)(体験OK)<br>TINA | 10:30 ～ 11:30<br>育尻革命 By KEN<br>(体験OK)<br>SHION<br>12:15 ～ 13:15<br>ADVANCE<br>RYOKO<br>14:00 ～ 15:00<br>BOOTY & LEGS<br>RYOKO<br>15:45 ～ 16:45<br>REDY'S HYBRID<br>(体験OK)<br>TINA<br>17:30 ～ 18:30<br>BACK & ARMS<br>(体験OK)<br>RYOKO<br>18:30 ～ 19:00<br>お試し体験会<br>CLOSE | 10:30 ～ 11:30<br>REDY'S HYBRID<br>(体験OK)<br>TINA<br>12:15 ～ 13:15<br>K-POP PARTY<br>(体験OK)<br>SHION<br>14:00 ～ 15:00<br>育尻革命 By KEN<br>(体験OK)<br>SHION<br>15:45 ～ 16:45<br>LEGS & LOWER ABS<br>(体験OK)<br>TINA<br>17:30 ～ 18:00<br>BOOTY<br>SHION<br>CLOSE | 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 【 11/17 ～ 11/24 】 スケジュール 2026/10/30 更新

| 11/17 | 11/18 | 11/19 | 11/20 | 11/21 | 11/22 | 11/23 | 11/24 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 |
| 10:30 ～ 11:30<br>PRE BASIC<br>(初心者用)(体験OK)<br>TINA | 10:30 ～ 11:30<br>育尻革命 By KEN<br>(体験OK)<br>SHION | | 10:30 ～ 11:30<br>K-POP PARTY<br>(体験OK)<br>SHION | 10:30 ～ 11:30<br>KUBIRE WORKOUT<br>(体験OK)<br>TINA | 10:30 ～ 11:30<br>BACK & ARMS<br>(体験OK)<br>RYOKO | | 10:30 ～ 11:30<br>BOOTY & LEGS<br>RYOKO |
| 12:15 ～ 13:15<br>BOOTY & LEGS<br>RYOKO | 12:15 ～ 12:45<br>BOOTY<br>SHION | | 12:15 ～ 13:15<br>育尻革命 By KEN<br>(体験OK)<br>SHION | 12:15 ～ 13:15<br>BACK & ARMS<br>(体験OK)<br>RYOKO | 12:15 ～ 13:15<br>REDY'S HYBRID<br>(体験OK)<br>TINA | | 12:15 ～ 13:15<br>K-POP PARTY<br>(体験OK)<br>SHION |
| 13:45 ～ 14:15<br>お試し体験会 | 13:15 ～ 13:45<br>お試し体験会 | | | 14:00 ～ 15:00<br>LEGS & LOWER ABS<br>(体験OK)<br>TINA | 14:00 ～ 15:00<br>FULL BODY BURN Lv.2<br>RYOKO | | 13:45 ～ 14:15<br>お試し体験会 |
| CLOSE | CLOSE | | CLOSE | 15:45 ～ 16:45<br>ADVANCE<br>RYOKO | 15:45 ～ 16:15<br>ABS<br>(体験OK)<br>TINA | | CLOSE |
| | | | | 17:30 ～ 18:00<br>ABS<br>(体験OK)<br>TINA | 17:30 ～ 18:30<br>BOOTY & LEGS<br>RYOKO | | |
| 16:30 ～ 17:00<br>お試し体験会 | 16:30 ～ 17:00<br>お試し体験会 | | | | | | 16:30 ～ 17:00<br>お試し体験会 |
| 17:30 ～ 18:30<br>REDY'S HYBRID<br>(体験OK)<br>RYOKO | 17:30 ～ 18:30<br>ADVANCE<br>RYOKO | | 17:30 ～ 18:00<br>BOOTY<br>SHION | | | | 17:30 ～ 18:30<br>育尻革命 By KEN<br>(体験OK)<br>SHION |
| 19:15 ～ 20:15<br>K-POP PARTY<br>(体験OK)<br>SHION | 19:15 ～ 20:15<br>BASIC<br>(体験OK)<br>TINA | | 19:15 ～ 20:15<br>REDY'S HYBRID<br>(体験OK)<br>RYOKO | | | | 19:15 ～ 20:15<br>PRE BASIC<br>(初心者用)(体験OK)<br>TINA |
| 21:00 ～ 21:30<br>BOOTY<br>SHION | 21:00 ～ 22:00<br>KUBIRE WORKOUT<br>(体験OK)<br>TINA | | 21:00 ～ 22:00<br>FULL BODY BURN Lv.2<br>RYOKO | | | | 21:00 ～ 22:00<br>FULL BODY BURN Lv.1<br>SHION |

REDY'S GYM神戸三宮店 【 11/25 ～ 】 スケジュール 2026/10/30 更新

| 11/25 | 11/26 | 11/27 | 11/28 | 11/29 | 11/30 |
|---|---|---|---|---|---|
| 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 |
| 10:30 ～ 11:30<br>LEGS & LOWER ABS<br>(体験OK)<br>TINA | | 10:30 ～ 11:30<br>BASIC<br>(体験OK)<br>TINA | 10:30 ～ 11:30<br>THE TRAINING<br>SHION | 10:30 ～ 11:30<br>BOOTY & LEGS<br>RYOKO | |
| 12:15 ～ 13:15<br>FULL BODY BURN Lv.2<br>RYOKO | | 12:15 ～ 12:45<br>BOOTY<br>SHION | 12:15 ～ 13:15<br>BASIC<br>(体験OK)<br>TINA | 12:15 ～ 13:15<br>ADVANCE<br>RYOKO | |
| CLOSE | | 13:15 ～ 13:45<br>お試し体験会 | 14:00 ～ 14:30<br>ABS<br>(体験OK)<br>TINA | 14:00 ～ 15:00<br>育尻革命 By KEN<br>(体験OK)<br>SHION | |
| | | CLOSE | 15:45 ～ 16:45<br>育尻革命 By KEN<br>(体験OK)<br>SHION | 15:45 ～ 16:45<br>BACK & ARMS<br>(体験OK)<br>RYOKO | |
| | | | 17:30 ～ 18:30<br>K-POP PARTY<br>(体験OK)<br>SHION | 17:30 ～ 18:00<br>BOOTY<br>SHION | |
| | | 16:30 ～ 17:00<br>お試し体験会 | CLOSE | CLOSE | |
| 17:30 ～ 18:30<br>K-POP PARTY<br>(体験OK)<br>SHION | | 17:30 ～ 18:30<br>REDY'S HYBRID<br>(体験OK)<br>RYOKO | | | |
| 19:15 ～ 20:15<br>BOOTY & LEGS<br>RYOKO | | 19:15 ～ 20:15<br>育尻革命 By KEN<br>(体験OK)<br>SHION | | | |
| 21:00 ～ 22:00<br>育尻革命 By KEN<br>(体験OK)<br>SHION | | 21:00 ～ 22:00<br>BOOTY & LEGS<br>RYOKO | | | |

・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。