

10月



木曜日夜 Pump ⇒ アタック
に変更になります

スタジオ1

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日・祝日・6日	日曜日
					6日、14日はバランスバーチャル	休館日
LES MILLS BODYBALANCE 30 10:30~11:00 バーチャル	中級エアロ45 10:30~11:15 布袋 優佳	LES MILLS CORE 30 10:30~11:00 蛭名 隆廣	初級エアロ 10:30~11:30 布袋 優佳	LES MILLS BODYPUMP 45 10:30~11:15 蛭名 隆廣	ベーシックヨガ 11:00~12:00 Erina	
LES MILLS BODYCOMBAT 45 11:20~12:05 古屋 大輔	LES MILLS BODYJAM 30 11:40~12:10 布袋 優佳	LES MILLS BODYPUMP 11:20~12:20 蛭名 隆廣	LES MILLS BODYJAM 12:00~13:00 布袋 優佳	LES MILLS CORE 30 11:40~12:10 蛭名 隆廣	14日はジャム布袋 LES MILLS BODYCOMBAT 45 12:30~13:15 バーチャル	
LES MILLS BODYPUMP 45 12:30~13:15 古屋 大輔	LES MILLS BODYSTEP 45 12:30~13:15 金野 結	LES MILLS BODYATTACK 30 12:40~13:10 大谷 真人		LES MILLS BODYCOMBAT 45 12:30~13:15 金野 結	14日はダンス布袋 LES MILLS BODYPUMP 45 14:00~14:45 バーチャル	
LES MILLS DANCE 19:15~20:00 金野 結	LES MILLS BODYCOMBAT 45 19:15~20:00 古屋 大輔	LES MILLS BODYPUMP 45 19:15~20:00 管野 敬太	LES MILLS BODYATTACK 45 19:15~20:00 大谷 真人	LES MILLS BODYBALANCE 45 19:15~20:00 バーチャル	LES MILLS BODYBALANCE 45 15:30~16:15 バーチャル	
LES MILLS BODYSTEP 45 20:20~21:05 金野 結	LES MILLS BODYJAM 45 20:20~21:05 金野 結	LES MILLS BODYATTACK 45 20:20~21:05 金野 結	LES MILLS BODYCOMBAT 45 20:20~21:05 金野 結	LES MILLS BODYATTACK 45 20:20~21:05 大谷 真人		
LES MILLS CORE 30 21:25~21:55 バーチャル	LES MILLS BODYBALANCE 30 21:25~21:55 バーチャル	LES MILLS BODYBALANCE 30 21:25~21:55 バーチャル	LES MILLS CORE 30 21:25~21:55 バーチャル	LES MILLS BODYCOMBAT 30 21:25~21:55 バーチャル		

スタジオ2 ※各定員17名

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日・祝日・6日	日曜日
LES MILLS THE TRIP 11:25~12:05 バーチャル					LES MILLS THE TRIP 11:00~11:40 バーチャル	休館日
LES MILLS RPM 45 12:30~13:15 バーチャル	LES MILLS BODYCOMBAT 45 12:30~13:15 バーチャル	LES MILLS THE TRIP 12:30~13:10 バーチャル	LES MILLS BODYBALANCE 45 12:00~12:45 バーチャル	LES MILLS BODYBALANCE 45 12:30~13:15 バーチャル	LES MILLS RPM 45 12:30~13:15 バーチャル	
	LES MILLS BODYBALANCE 45 13:35~14:20 バーチャル		LES MILLS BODYCOMBAT 45 13:30~14:15 バーチャル	LES MILLS BODYCOMBAT 45 13:35~14:20 バーチャル	LES MILLS THE TRIP 15:30~16:15 バーチャル	
LES MILLS THE TRIP 20:20~21:00 バーチャル	LES MILLS THE TRIP 20:20~21:00 バーチャル	LES MILLS sprint 20:20~20:50 バーチャル	LES MILLS THE TRIP 20:20~21:00 バーチャル	LES MILLS THE TRIP 20:20~21:00 バーチャル		