

6月



スタジオ1

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
LES MILLS BODYPUMP 45 11:00~11:45 古屋 大輔	中級エアロ 11:00~12:00 布袋 優佳	LES MILLS BODYPUMP 11:00~12:00 蛭名 隆廣	初級エアロ 11:00~12:00 布袋 優佳	LES MILLS CORE 45 11:00~11:45 蛭名 隆廣	LesMills 45 11:00~11:45 4 パンプ 山家 11 エアロ 布袋 18 ジャム 布袋 25 お休み	LesMills 45 11:00~11:45 5 コンバット 山家 12 シバム 金野 19 アタック 三宮 26 お休み
LES MILLS BODYCOMBAT 45 12:30~13:15 古屋 大輔	LES MILLS BODYBALANCE 45 12:30~13:15 布袋 優佳	LES MILLS CORE 30 12:30~13:00 蛭名 隆廣	LES MILLS BODYJAM 45 12:30~13:15 布袋 優佳	LES MILLS BODYPUMP 45 12:30~13:15 蛭名 隆廣	*エアロはLesMillsではありません *エアロはLesMillsではありません	
LES MILLS BODYJAM 45 14:00~14:45 金野 結	LES MILLS BODYSTEP 45 14:00~14:45 金野 結	tone 45 14:00~14:45 三宮 千遠	LES MILLS BODYCOMBAT 45 14:00~14:45 三宮 千遠	LES MILLS SH'BAM 14:00~14:45 金野 結	ベーシックヨガ 12:30~13:30 Erina	LES MILLS BODYBALANCE 12:30~13:30 バーチャル
バーチャル (映像を見ながら行います)						12日はイベントのため別紙
LES MILLS BODYBALANCE 15:10~16:10	LES MILLS SH'BAM 15:10~15:55	LES MILLS BODYCOMBAT 15:10~16:10	LES MILLS BODYBALANCE 15:10~16:10	LES MILLS SH'BAM 15:10~15:55	LesMills 45 14:00~14:45 4 ステップ 山家	LesMills 45 14:00~14:45 5 パンプ 山家
LES MILLS BODYCOMBAT 16:30~17:00	LES MILLS BODYBALANCE 16:30~17:00	LES MILLS SH'BAM 16:30~17:00	LES MILLS BODYCOMBAT 16:30~17:00	LES MILLS BODYBALANCE 16:30~17:00	11 シバム 布袋 18 エアロ 布袋 25 お休み	12 イベント別紙 19 コンバット 三宮 26 お休み
LES MILLS BODYATTACK 45 19:00~19:45 三宮 千遠	LES MILLS BODYSTEP 45 19:00~19:45 三宮 千遠	LES MILLS BODYCOMBAT 45 19:00~19:45 三宮 千遠	LES MILLS BODYBALANCE 45 19:00~19:45 三宮 千遠	LES MILLS BODYCOMBAT 45 19:00~19:45 金野 結	*エアロはLesMillsではありません *エアロはLesMillsではありません	
LES MILLS SH'BAM 20:05~20:50 金野 結	LES MILLS BODYPUMP 45 20:05~20:50 古屋 大輔	LES MILLS BODYATTACK 45 20:05~20:50 金野 結	LES MILLS BODYPUMP 45 20:05~20:50 三宮 千遠	LES MILLS BODYJAM 45 20:20~21:05 金野 結	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>6月24日(金)~27日(月)はトラン大会のため休館します。 代替えとして5日(日)・12日(日)・19日(日) 10:00~18:00 特別営業します。</p> </div>	
LES MILLS CORE 30 21:10~21:40 バーチャル	LES MILLS BODYCOMBAT 30 21:10~21:40 金野 結	LES MILLS GRIT 21:20~21:50 <有料>金野	LES MILLS BODYSTEP 45 21:10~21:55 金野 結	LES MILLS BODYCOMBAT 30 21:30~22:00 バーチャル		

スタジオ2(バイクルーム) ※各定員17名

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
LES MILLS THE TRIP 12:30~13:10 バーチャル	LES MILLS THE TRIP 12:30~13:10 古屋 大輔	1日はバーチャル LES MILLS THE TRIP 12:30~13:10 古屋 大輔	LES MILLS THE TRIP 12:30~13:10 バーチャル	LES MILLS THE TRIP 12:30~13:10 バーチャル	LES MILLS THE TRIP 11:00~11:45 バーチャル	LES MILLS THE TRIP 11:00~11:45 バーチャル
						12日は休み
						LES MILLS RPM 12:30~13:15 バーチャル
						LES MILLS RPM 12:30~13:15 バーチャル
LES MILLS THE TRIP 20:15~20:55 三宮 千遠	LES MILLS THE TRIP 20:15~20:55 三宮 千遠	1日はバーチャル LES MILLS sprint 20:15~20:45 三宮 千遠	16日、23日、30日はバーチャル LES MILLS sprint 20:15~20:45 村山 心太	LES MILLS RPM 20:15~21:00 三宮 千遠		