

10 : 00 OPEN

火		水		木		金	
A studio	B studio	A studio	B studio	A studio	B studio	A studio	B studio
11:00 <b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> ~ 60		11:45 <b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> ~ 30				11:15 <b>LES MILLS BODYPUMP</b> ~ 45	
12:00 <b>KOMA</b>		12:15 <b>MATAN</b>				12:00 <b>KOMA</b>	
12:30 インナーパワーヨガ ~ 60	<b>NEW</b>	12:30 <b>LES MILLS BODYATTACK</b> ~ 30		12:15 <b>salsation</b> ~ 60		12:15 <b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> ~ 45	
13:30 <b>安達</b>		13:00 <b>YUKA</b>		13:15 <b>LES MILLS BODYPUMP</b> ~ 30		13:00 <b>MATAN</b>	
			13:45 <b>KOMA</b>	13:30 <b>LES MILLS DANCE</b> ~ 45			
				14:15 <b>MATAN</b>			
					14:30 エンジョイステップ ~		
					15:15 <b>MATAN</b>		
15 : 30 ~ 18 : 30 スタジオパーソナル受付中		15 : 30 ~ 18 : 30 スタジオパーソナル受付中		15 : 30 ~ 18 : 30 スタジオパーソナル受付中		15 : 30 ~ 18 : 30 スタジオパーソナル受付中	
			19:15 <b>LES MILLS BODYSTEP</b> ~ 45	19:30 インナーパワーヨガ ~ 60		6日、20日 Strength Development 13日、27日 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>	19:15 週変わりレッスン 60
19:45 <b>LES MILLS BODYATTACK</b> ~ 60		20:00 <b>MATAN</b>		20:30 <b>安達</b>		20:15 <b>KOMA</b>	
20:45 <b>KOMA</b>		20:15 <b>LES MILLS BODYBALANCE</b> ~ 45		20:45 <b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> ~ 45		20:30 <b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> ~ 60	
		21:00 <b>CHIHIRO</b>		21:30 <b>KOMA</b>		21:30 <b>MATAN</b>	
21:00 <b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> ~ 60		11日、25日 Strength Development 4日、18日 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>	21:15 週変わりレッスン ~ 45	21:45 <b>LES MILLS BODYATTACK</b> ~ 45		21:45 <b>LES MILLS DANCE</b> ~ 45	
22:00 <b>HIRA</b>		22:00 <b>KOMA</b>		22:30 <b>KOMA</b>		22:30 <b>KOMA</b>	

2 3 : 0 0 C L O S E

10:00		OPEN	
土		日	
A studio	B studio	A studio	B studio
10:30 <b>LES MILLS BODYATTACK</b> ~ 60		11:00 ~ 14:50	
11:30 <b>HIRA</b>			
11:45 <b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> ~ 60	14日 13:15~13:45 <b>LES MILLS BODYSTEP</b> MATAN	<b>LesMILLS RANDOM①</b>	
12:45 <b>MATAN</b>	7日、21日 13:00~13:45 <b>LES MILLS CORE</b> HARUKA		
13:00 <b>LES MILLS BODYSTEP</b> ~			
13:45 <b>LES MILLS CORE</b>			
	14:00 <b>LES MILLS BODYPUMP</b> ~ 60		
	15:00 <b>KOMA</b>		
15:30 <b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> ~ 60			
16:30 <b>KOMA</b>			
18:00 <b>C L O S E</b>		17:00 <b>C L O S E</b>	

	9/1	9/8	9/15	9/22	9/29
	11:30~11:45 15 KOMA			11:00~11:30 30 MATAN	
	Strength Development テクニック	<b>メンクイフェス</b>	<b>イベント</b>	<b>LES MILLS BODYSTEP</b>	<b>イベント</b>
	11:45~12:30 45 KOMA			11:45~12:00 15 MATAN	
<b>LES MILLS RANDOM①</b>	Strength Development			<b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> テクニック	
	13:00~14:00 60 MATAN			12:00~13:00 60 MATAN	
	<b>LES MILLS BODYCOMBAT</b>			<b>LES MILLS BODYCOMBAT</b>	
	14:20~14:50 30 MATAN			13:15~13:45 30 KOMA	
	<b>LES MILLS DANCE</b>			<b>LES MILLS BODYATTACK</b>	

祝日のタイムスケジュールは、後日発行される別紙にてご確認ください。