

2 月 Time Schedule

10:00 OPEN

火		水		木		金	
A studio	B studio	A studio	B studio	A studio	B studio	A studio	B studio
							10:30 <small>LES MILLS</small> CORE ~ 30
11:00 <small>LES MILLS</small> BODYCOMBAT ~ 60		11:45 <small>LES MILLS</small> BODYCOMBAT ~ 45					11:00 HARUKA
12:00 MATAN		12:30 MATAN					11:15 <small>LES MILLS</small> BODYPUMP ~ 45
12:30 インナーパワーヨガ ~ 60			12:45 <small>LES MILLS</small> BODYPUMP ~ 45				12:00 KOMA
13:30 安達			13:30 KOMA				12:15 <small>LES MILLS</small> BODYCOMBAT ~ 45
					13:45 ファンクショナル トレーニング ~ 30		13:00 KOMA
					14:15 KOMA		
					14:30 エンジョイステップ ~ 60		
					15:30 MATAN		
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	
	19:00 <small>LES MILLS</small> CORE ~ 30 19:30		19:15 <small>LES MILLS</small> BODYPUMP ~ 45 20:00 KOMA	19:30 インナーパワーヨガ ~ 60 20:30 安達			19:15 <small>LES MILLS</small> BODYPUMP ~ 60 20:15 KOMA
19:45 <small>LES MILLS</small> BODYATTACK ~ 60 20:45 KOMA		20:15 <small>LES MILLS</small> BODYBALANCE ~ 45 21:00 CHIHIRO		20:45 <small>LES MILLS</small> BODYCOMBAT ~ 45 21:30 KOMA			20:45 <small>LES MILLS</small> BODYCOMBAT ~ 60 21:45 MATAN
21:00 <small>LES MILLS</small> BODYCOMBAT ~ 60 22:00 HIRA		21:15 <small>LES MILLS</small> BODYCOMBAT ~ 60 22:15 MATAN		21:45 <small>LES MILLS</small> BODYATTACK ~ 45 22:30 KOMA			22:00 ケアストレッチ ~ 30 22:30 KOMA
				2 3 : 0 0 C L O S E			

