

Groupexercise Timeschedule

	Standard Studio	Volcano Studio	
9:00	9:00~9:45 ベリーダンス ピリー		9:00
9:30			9:30
10:00	10:00~10:45  佐々木純子	9:50~10:35  NENE	10:00
10:30			10:30
11:00	11:00~11:45 LES MILLS BODY PUMP 中村 大介	11:00~11:45 Volcano Yoga リフレッシュ45 TOMOCO	11:00
11:30			11:30
12:00	12:00~12:45 LES MILLS BODY ATTACK HINAKO	12:10~12:55 筋膜リリースヨガ45 TOMOCO	12:00
12:30			12:30
13:00	13:00~13:45  KAMOME	13:15~14:00 Volcano Yoga リンパフロー45 鈴木瑞子	13:00
13:30			13:30
14:00	バックナンバー縛りの60分! 14:00~15:00 LES MILLS BODYCOMBAT Halchael	14:15~15:00  MAMIKO	14:00
14:30			14:30
15:00			15:00
15:30	15:15~15:45 LES MILLS BODYCOMBAT Halchael	15:20~16:05 Volcano Yoga デトックス45 CHIE	15:30
16:00			16:00
16:30	16:00~16:45 LES MILLS BODYSTEP 青柳紀映	16:30~17:15 Volcano Yoga ピギナー45 CHIE	16:30
17:00			17:00
17:30		17:30~18:15 Volcano Yoga 骨盤調整45 糟谷敦	17:30
18:00			18:00
18:30			18:30
19:00			19:00

イベント予約レッスン

14:00~15:00
LES MILLS
BODYCOMBAT
¥1,100
Halchael

最新曲も素敵だけれども、お盆では少し音を緩かしてみませんか? 50番台~60番台の曲を厳選し、普段とは違うこの日だけの特別COMBATをお届けします。経験値は不問! どなたも大歓迎! 初心者の方へ慣れている方まで楽しめる内容になっています。

※予約方法はこちら↓
申込期間

7月27日(土) 10:00~
8月11日(日) 13:30

申込方法

アカウントからイベントより
※ご入金はレッスン開始
30分前までに
お願いいたします。

※キャンセルは
イベント前日スタッフ
対応時間内までに
お願い致します。

期日以降のキャンセルは
参加費をお支払い頂く事と
なりますのでご了承ください。
混雑が予想されますので
お早目のご入金に
ご協力ください。

【法人会員様】

スタッフ対応時間(10:00~19:00)のご利用となりますので、10:00開始のレッスンには参加いただけません。予めご注意ください。※時間外のご予約は、定期的に自動キャンセル対応させていただきます。

【ジムの会デイトム会員様】

時間外施設料金1,100円(税込)でスタッフ対応時間内(10:00~19:00)のご利用が可能となります。