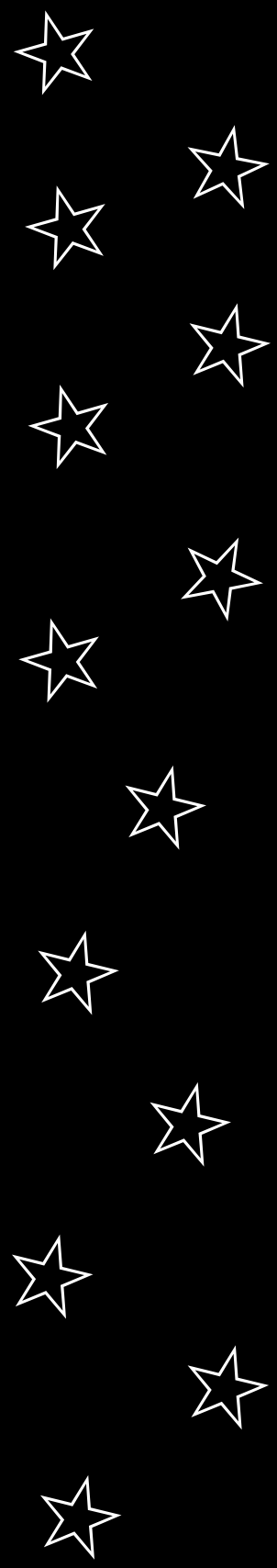


1/4 (SAT) 年始プログラム

Groupexercise Timeschedule

	Standard Studio	Volcano Studio
9:00	9:00~9:50 協栄シェイブボクシング50 MIWA	8:30~9:15 Volcano Yoga ビギナー45 成田瑞穂
9:30		
10:00	10:15~11:00 エアロピクスコンボ I 中島美紀	10:00~10:45 Volcano Yoga 骨盤調整45 内藤美砂
10:30		
11:00	11:20~12:05 LES MILLS BODYSTEP 太田創士	11:15~12:00 Volcano Yoga コリオ45 ERIKO
11:30		
12:00	12:25~13:10 LES MILLS DANCE MISAKI	12:30~13:15 wow!HIP DAICHI
12:30		
13:00	13:25~14:10 LES MILLS BODYBALANCE ストレングス ERIKO	13:45~14:30 Volcano Yoga ビギナー45 田島桃子
13:30		
14:00	14:25~15:10 UBOUND DAICHI	15:00~15:45 Volcano Yoga リフレッシュ45 MISAKI
14:30		
15:00	15:25~16:10 ZUMBA Chie	16:15~16:45 HOTストレッチ MISAKI
15:30		
16:00	16:25~17:10 LES MILLS BODYCOMBAT ERIKO	
16:30		
17:00	17:30~18:00 LES MILLS GRIT ~週替わり~ 小島一球	
17:30		
18:00	18:15~19:00 LES MILLS BODYATTACK 三條幸恵	
18:30		
19:00		



【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。

【ジムの会デイトタイム会員様】

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。