

## Groupexercise Timeschedule

## Standard Studio

## Volcano Studio

## 無料イベント

9:00 9:00~9:50  
協栄シェイプボクシング50

9:30 MIWA

10:00 横浜店会員限定☆無料75分イベント

10:15~11:30

れっすん回転寿司♪

LES MILLS  
BODYCOMBAT DANCE

LES MILLS  
BODYBALANCE

SHUNYA×ERIKO×MISAKI

12:00 12:00~12:45

LES MILLS  
BODYPUMP

SHUNYA

¥1,100

有料イベント

13:15集合

13:30~14:30

UBOUND

Halchael×MISAKI

¥1,100

有料イベント

15:00集合

15:15~16:15

LES MILLS  
BODYCOMBAT

ERIKO

無料45分イベント

17:00~17:45

LES MILLS  
GRIT ~ATHLETIC~  
ワンポイントアドバイス  
小島一球

¥2,200

有料イベント

18:05集合

18:15~19:15

LES MILLS  
BODYATTACK

三條幸恵×小島一球

8:30~9:15

Volcano Yoga

ビギナー45

成田瑞穂

9:35~10:20

Volcano Yoga

骨盤調整45

内藤美砂

10:40~11:25

Volcano Yoga

リンパフロー45

内藤美砂

11:45~12:30

Volcano Yoga

デトックス45

ANNA

12:50~13:35

Wow! HIP

TAKEMI

14:00~14:50

ZENSEE  
mindfulness

禅×Yoga

~シンギングボウル~

ANNA

15:10~15:55

Volcano Yoga

リフレッシュ45

MISAKI

## 有料イベント詳細

<申込期間>

4月19日(土) 12:00~各クラス1時間前まで

<予約方法>

WEBサービスログイン後、イベントよりご予約ください

<金額>

1,100円 ※BODYATTACK2,200円

※どの座席も金額は同じです

※金額は税込みです

※お支払いはレッスン30分前までにお願いします

<座席>

S席、A席、B席、C席 ※別紙参照

当日の集合時間は各クラスのスケジュールをご確認ください。

※BODYATTACKにつきましては、他店舗の相互利用料が発生する会員種別の方はご参加いただけません。

10:15~11:30

れっすん回転寿司♪

SHUNYA×ERIKO×MISAKI

☆GWだけの特別イベント☆

BODYCOMBAT♪

BODYBALANCE♪

LES MILLS DANCE♪

3つのクラスのいいとこどりし

ちゃいましょう!!

是非この機会に私たちと一

緒に楽しみましょう~!

17:00~17:45

LES MILLS  
GRIT ATHLETIC

~ワンポイントアドバイス~

小島一球

☆GWだけの特別イベント☆

今回はGRIT~ATHLETIC~の

前に、15分間のワンポイントア

ドバイスをお届けします!

この機会にGRITチャレンジ!

是非お待ちしております。

## 有料イベント

13:30~14:30

UBOUND

Halchael×MISAKI

真のユー・バウンダー集まれ!

若かりし頃を思い出そう♡

普段は見れない衣装で

初のジョイントレッスン!

60分たくさん動いて

GW一緒に楽しみましょう!

15:15~16:15

LES MILLS  
BODYCOMBAT

ERIKO

60分イベント

ERIKOがやっちゃうよー!

楽しむ準備はOK?

せっかくのGWイベント!

盛り上がっていくぜー!

18:15~19:20

LES MILLS  
BODYATTACK

三條幸恵×小島一球

一球×三條のイベントは

2023年9月ぶり!!

BODY ATTACK LOVEな私

たちが"LOVE♡"全開でお届

けします。60分間楽しみま

しょう!!

【法人会員様】

2/18(火)よりQR会員証でのご入館となります。スタッフ対応時間(10:00~19:00)以外のセルフタイム時間にチェックイン・アウトされるお客様は決済済みの入館QRコードをご用意ください。

【ジムの会費タイプ会員様】

時間外施設料金1,650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。

# UBOUND

※ツールを使用するプログラムは、  
奇数番号の方は前、偶数番号の方は後ろにずれて  
頂きますようご協力お願い致します。

料金は座席に関わらず一律となります。

5/3（土）、5/6（火）、金額と当日の集合時間は  
各クラスのスケジュールをご確認ください。

それぞれの座席ごとに抽選を行い、

|                  |                                                                                           |           |           |           |           |           |           |           |           |           |          |          |             |
|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|----------|-------------|
| デ<br>ッ<br>キ      | <div>Instructor</div> <div>Instructor</div>                                               |           |           |           |           |           |           |           |           |           |          |          | 非<br>常<br>口 |
| テ<br>ー<br>ブ<br>ル | 1<br>(A)                                                                                  | 2<br>(S)  | 3<br>(S)  | 4<br>(S)  |           |           |           |           | 5<br>(S)  | 6<br>(S)  | 7<br>(S) | 8<br>(A) | ツ<br>ー<br>ル |
|                  | 9<br>(A)10<br>(A)11<br>(A)12<br>(S)13<br>(S)14<br>(S)15<br>(S)16<br>(A)17<br>(A)18<br>(A) |           |           |           |           |           |           |           |           |           |          |          | ツ<br>ー<br>ル |
| 柱                | 19<br>(B)                                                                                 | 20<br>(B) | 21<br>(A) | 22<br>(A) | 23<br>(A) | 24<br>(A) | 25<br>(A) | 26<br>(A) | 27<br>(A) | 28<br>(B) |          |          | 柱           |
|                  | 29<br>(B)                                                                                 | 30<br>(B) | 31<br>(B) | 32<br>(B) | 柱         |           | 33<br>(B) | 34<br>(B) | 35<br>(B) | 36<br>(B) |          |          |             |
| 扉                | 37<br>(C)                                                                                 | 38<br>(C) | 39<br>(C) | ツール       |           |           | 40<br>(C) | 41<br>(C) | 42<br>(C) | 43<br>(C) |          |          | 備<br>品      |

# BODY COMBAT

料金は座席に関わらず一律1,100円となります。(税込)

当日は、15:00にStandard Studio前にお集まりください。

それぞれの座席ごとに抽選を行い、

受講場所を決定いたします。

|                  |            |           |           |           |           |           |           |           |           |           |           |             |             |
|------------------|------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-------------|-------------|
| デ<br>ッ<br>キ      | Instructor |           |           |           |           |           |           |           |           |           |           |             | 非<br>常<br>口 |
| テ<br>ー<br>ブ<br>ル | 1<br>(B)   | 2<br>(A)  | 3<br>(A)  | 4<br>(S)  |           |           |           | 5<br>(S)  | 6<br>(A)  | 7<br>(A)  | 8<br>(B)  | ツ<br>ー<br>ル |             |
|                  |            | 9<br>(B)  | 10<br>(A) | 11<br>(A) | 12<br>(S) | 13<br>(S) | 14<br>(S) | 15<br>(S) | 16<br>(A) | 17<br>(A) | 18<br>(B) | ツ<br>ー<br>ル |             |
|                  | 19<br>(B)  | 20<br>(B) | 21<br>(A) | 22<br>(A) | 23<br>(A) | 24<br>(A) | 25<br>(A) | 26<br>(A) | 27<br>(A) | 28<br>(B) |           |             |             |
| 柱                |            | 29<br>(B) | 30<br>(B) | 31<br>(B) | 32<br>(B) | 柱         |           | 33<br>(B) | 34<br>(B) | 35<br>(B) | 36<br>(B) | 柱           |             |
| 扉                | 37<br>(C)  | 38<br>(C) | 39<br>(C) | ツール       |           |           | 40<br>(C) | 41<br>(C) | 42<br>(C) | 43<br>(C) | 備<br>品    |             |             |

# BODY ATTACK

料金は座席に関わらず一律となります。

5/3（土）、5/4（日）、金額と当日の集合時間は  
各クラスのスケジュールをご確認ください。

それぞれの座席ごとに抽選を行い、  
受講場所を決定いたします。

|                  |                                             |           |           |           |           |           |           |           |           |           |           |          |             |
|------------------|---------------------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|-------------|
| デ<br>ッ<br>キ      | <div>Instructor</div> <div>Instructor</div> |           |           |           |           |           |           |           |           |           |           |          | 非<br>常<br>口 |
| テ<br>ー<br>ブ<br>ル | 1<br>(B)                                    | 2<br>(A)  | 3<br>(A)  | 4<br>(S)  |           |           |           |           | 5<br>(S)  | 6<br>(A)  | 7<br>(A)  | 8<br>(B) | ツ<br>ー<br>ル |
|                  | 9<br>(B)                                    |           | 10<br>(A) | 11<br>(A) | 12<br>(S) | 13<br>(S) | 14<br>(S) | 15<br>(S) | 16<br>(A) | 17<br>(A) | 18<br>(B) |          | ツ<br>ー<br>ル |
|                  | 19<br>(B)                                   | 20<br>(B) | 21<br>(A) | 22<br>(A) | 23<br>(A) | 24<br>(A) | 25<br>(A) | 26<br>(A) | 27<br>(A) | 28<br>(B) |           |          |             |
| 柱                | 29<br>(B)                                   |           | 30<br>(B) | 31<br>(B) | 32<br>(B) | 柱         |           | 33<br>(B) | 34<br>(B) | 35<br>(B) | 36<br>(B) |          | 柱           |
| 扉                | 37<br>(C)                                   | 38<br>(C) | 39<br>(C) | ツール       |           |           |           | 40<br>(C) | 41<br>(C) | 42<br>(C) | 43<br>(C) |          | 備<br>品      |