

Lessonタイムスケジュール



月	火	水	木	金	土	日
10:00					10:15~OPEN	
11:00			書道 (有料) 10:15-12:00 菊池 洋雅		LES MILLS BODYPUMP 10:30-11:30 赤間	
12:00	11:00-19:00 =====				LES MILLS BODYBALANCE 11:45-12:30 MAO	12:30~OPEN
13:00	パーソナル (有料) 1時間11,000円 45分8,800円				LES MILLS BODYJAM 12:45-13:45 MAO	LES MILLS BODYCOMBAT 12:50-13:50 SHINO
14:00	=====	パーソナル (有料)		パーソナル (有料)	LES MILLS BODYCOMBAT 14:00-15:00 KEN	基礎ダンス &ストレッチ 14:00-14:45 NEW
15:00	レンタル 貸スタジオ (有料)	レンタル 貸スタジオ (有料)	パーソナル (有料)	レンタル 貸スタジオ (有料)	15:20-15:40 KICK BOXING	LES MILLS BODYJAM 15:00-16:00 健太郎
16:00	1時間5,500円 2時間8,800円 3時間11,000円 上限8時間まで 一律22,000円 =====	15:30-19:00	レンタル 貸スタジオ (有料)	15:30-19:00	HIT THE BEAT 15:50-16:30 KEN	
17:00	上記すべての 金額は税込価格 ※割引は平日のみ					
18:00		LES MILLS			パーソナル (有料)	17:30 CLOSE
19:00			19:15~OPEN		レンタル 貸スタジオ (有料)	パーソナル (有料)
20:00	19:45~OPEN LES MILLS BODYBALANCE 20:00-21:00 CHI AKI NEW	19:45~OPEN KICK MUSIC 20:00-20:15 LES MILLS BODYPUMP 20:30-21:15 KEN	基礎ダンス &ストレッチ 19:30-20:15 LES MILLS BODYJAM 20:30-21:30 健太郎	19:30~OPEN LES MILLS BODYBALANCE 19:45-20:45 NINA	17:15-21:00	レンタル 貸スタジオ (有料)
21:00	LES MILLS BODYCOMBAT 21:15-22:15 CHI AKI NEW	LES MILLS BODYCOMBAT 21:30-22:15 KEN		LES MILLS BODYJAM 21:05-22:05 NINA	19:45	17:30-21:30
22:00					CLOSE	
23:00						

休館日

※優先入場券(500円税込)をお取りのお客様からのご入場となります。
 ※曜日や時間帯によって、営業開始時間が異なりますのでご了承ください。
 ※「キックボクシングの定員は20名」「ボディパンク・ステップの定員は30名」「筋線リリースの定員は20名」「その他のプログラム40名」とさせていただきます。
 ※道具(ステップ台・グリッド)を使用するクラスは、ご自分の道具のみご用意くださいようお願いいたします。
 ※ステップ台やグリッド等の準備後に長時間離れることはご遠慮ください。
 ※KICK BOXINGご参加の方は、バンチンググローブとレガースおよびインナーグローブ(軍手)のご用意が必須となります。レンタル:軍手100円・グローブ300円・レガース400円(税込)も承ります。