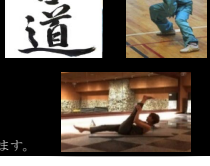


Lessonタイムスケジュール



LES MILLS



月	火	水	木	金	土	日
10:00					10:15~OPEN	
11:00					LES MILLS BODY PUMP 10:30-11:30 赤間	
12:00	11:00~19:00 =====				LES MILLS BODY BALANCE 11:45-12:30 MAO	12:30~OPEN
13:00	休館日 パーソナル (有料) 1時間11,000円 45分8,800円				LES MILLS BODY JAM 12:45-13:45 MAO	LES MILLS BODY COMBAT 12:50-13:50 SHINO
14:00	=====	パーソナル (有料)	パーソナル (有料)	パーソナル (有料)	LES MILLS BODY COMBAT 14:00-15:00 KEN	基礎ダンス&ストレッチ 14:00-14:45 健太郎
15:00	レンタル貸スタジオ (有料)	レンタル貸スタジオ (有料)	レンタル貸スタジオ (有料)	レンタル貸スタジオ (有料)	15:20-15:40 KICK BOXING	LES MILLS BODY JAM 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	15:30-19:00	15:30-19:00	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		HIT THE BEAT	パーソナル (有料)	17:30 CLOSE
19:00	LM MISSION		19:15~OPEN		レンタル貸スタジオ (有料)	パーソナル (有料)
20:00	LES MILLS BODY BALANCE 19:30-20:30 GACKEY NEW	19:45~OPEN LES MILLS BODY BALANCE 20:00-21:00 CHIAKI	19:45~OPEN KICK MUSIC 20:00-20:15 健太郎	19:45~OPEN LES MILLS BODY COMBAT 20:00-21:00 REIKI	17:15-21:00	レンタル貸スタジオ (有料)
21:00	LES MILLS BODY JAM 20:45-21:45 GACKEY	LES MILLS BODY COMBAT 21:15-22:15 CHIAKI	LES MILLS BODY JAM 20:30-21:30 健太郎	NEW LES MILLS BODY JAM 21:15-22:15 REIKI	19:45	17:30-21:30
22:00	LM MISSION 枠 ※サイト参照				CLOSE	
23:00				※月1回 変動あり		

※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」「ボディパンプ・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ます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、パ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。