

Lessonタイムスケジュール



	月	火	水	木	金	土	日
10:00						10:15~OPEN	
11:00						LES MILLS BODYPUMP 10:30-11:30 赤間	
12:00	11:00-19:00 =====					LES MILLS BODYCOMBAT 12:00-13:00 KEN	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					13:20-13:40 KICK BOXING	LES MILLS BODYCOMBAT 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)	パーソナル (有料)	13:50-14:10 KEN ※コンテンツ撮影 HIT the BEAT	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)	パーソナル (有料)	パーソナル (有料)	パーソナル (有料)	パーソナル (有料)		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	15:30-19:00	15:30-19:00	15:30-19:00		
17:00	上記すべての金額は税込価格 ※割引は平日のみ					※BODYJAM, BODYBALANCE IRIは、決定次第でスケジュールINします。	
18:00		LES MILLS			LES MILLS	空手教室 (有料)	パーソナル (有料)
19:00				19:15~OPEN		17:30-19:30	レンタル貸スタジオ (有料)
20:00	19:45~OPEN	19:45~OPEN	19:45~OPEN	基礎ダンス&ストレッチ 19:30-20:15 健太郎	19:45~OPEN	パーソナル (有料)	16:30-21:30
21:00	LES MILLS BODYBALANCE 20:00-21:00 CHIAKI	KICK MUSIC 20:00-20:15 LES MILLS BODYPUMP 20:30-21:15 KEN	LES MILLS BODYJAM 20:30-21:30 健太郎	LES MILLS BODYCOMBAT 20:00-21:00 REIKI	LES MILLS BODYCOMBAT 20:00-21:00 REIKI	レンタル貸スタジオ (有料)	
22:00	LES MILLS BODYCOMBAT 21:15-22:15 CHIAKI	LES MILLS BODYCOMBAT 21:30-22:15 KEN		LES MILLS BODYJAM 21:15-22:15 REIKI	LES MILLS BODYJAM 21:15-22:15 REIKI	21:30	21:30
23:00					※月1回 変動あり	CLOSE	CLOSE

※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。