

8/13 木

月

火

水

金

土

日

8/10

8/11

8/12

8/14

8/15

8/16

通常営業

通常営業

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

22:00

8:45~9:15
ボディバランス309:30~10:00
ボディコンバット3010:15~10:45
ボディバンプ3011:00~11:30
ボディアタック3011:45~12:15
レズミルスダンス3012:30~13:00
ボディコンバット3013:15~14:00
レズミルスダンス4514:15~14:45
ボディバランス3015:00~15:30
ボディアタック3015:45~16:15
ボディコンバット3016:30~17:00
レズミルスダンス3017:15~17:45
ボディバンプ3018:00~18:45
ボディアタック4519:00~19:30
ボディコンバット3019:45~20:45
ボディバランス6021:00~21:30
ボディアタック3011:00~11:45
レズミルスダンス4512:00~12:30
ボディアタック3012:45~13:15
ボディコンバット3013:30~14:00
ボディバンプ3014:15~14:45
ボディバランス3015:00~15:30
レズミルスダンス3015:45~16:15
ボディアタック3016:30~17:00
ボディコンバット3017:15~17:45
レズミルスダンス3010:30~11:15
レズミルスダンス4511:30~12:00
ボディアタック3012:15~12:45
ボディバンプ3013:00~13:30
ボディコンバット3013:45~14:30
ボディバランス4514:45~15:30
レズミルスダンス4515:45~16:30
ボディアタック4516:45~17:30
ボディコンバット45

道具使用のスタッフプログラムは定員制です。
開始45分前よりフロントで整理券を
配布いたします。(ストレッチボール:20名)
バーチャルレッスンは整理券の配布はございません。
途中参加、途中退出可能です。
お気軽に参加ください