

	月	火	水	木	金	土	日
	12月30日	12月31日	1月1日	1月2日	1月3日 メンテナンス日	1月4日	1月5日
8:00							
9:00		⓪ VIRTUAL 9:15~10:00 ボディバランス45	⓪ VIRTUAL 9:15~10:00 ダンス45	⓪ VIRTUAL 9:30~10:00 ボディアタック30	⓪ VIRTUAL 9:30~10:15 ボディコンバット45		
10:00	通常 実 施	⓪ VIRTUAL 10:15~10:45 ボディアタック30	⓪ VIRTUAL 10:15~10:45 ボディバランス30	⓪ VIRTUAL 10:15~10:45 ボディコンバット30	⓪ VIRTUAL 10:30~11:30 ボディバランス	通常 実 施	通常 実 施
11:00		⓪ VIRTUAL 11:00~11:45 ボディコンバット45	⓪ VIRTUAL 11:00~12:00 ボディパンプ	⓪ VIRTUAL 11:00~11:45 ダンス45	⓪ VIRTUAL 11:45~12:15 ボディパンプ30		
12:00		⓪ VIRTUAL 12:00~12:45 ダンス45	⓪ VIRTUAL 12:15~13:00 ボディアタック45	⓪ VIRTUAL 12:00~12:45 ボディパンプ45	⓪ VIRTUAL 12:30~13:15 ダンス45		
13:00		⓪ VIRTUAL 13:00~13:45 ボディアタック45	⓪ VIRTUAL 13:15~14:00 ボディコンバット45	⓪ VIRTUAL 13:00~13:45 ボディバランス45	⓪ VIRTUAL 13:30~14:15 ボディバランス45		
14:00		⓪ VIRTUAL 14:00~14:45 ボディバランス45	⓪ VIRTUAL 14:15~15:00 ボディバランス45	⓪ VIRTUAL 14:00~15:00 ボディコンバット	⓪ VIRTUAL 14:30~15:30 ボディアタック		
15:00		⓪ VIRTUAL 15:00~15:30 ボディコンバット30	⓪ VIRTUAL 15:15~16:00 ボディパンプ45	⓪ VIRTUAL 15:15~15:45 ボディアタック30	⓪ VIRTUAL 15:45~16:30 ボディパンプ45		
16:00		⓪ VIRTUAL 15:45~16:15 ダンス30	⓪ VIRTUAL 16:15~17:00 ボディアタック45	⓪ VIRTUAL 16:00~16:45 ダンス45	⓪ VIRTUAL 16:45~17:30 ボディコンバット45		
17:00		⓪ VIRTUAL 16:30~17:15 ボディパンプ45	⓪ VIRTUAL 17:15~18:00 ダンス45	⓪ VIRTUAL 17:00~17:45 ボディパンプ45	⓪ VIRTUAL 17:45~18:30 ダンス45		
18:00		⓪ VIRTUAL 17:30~18:15 ボディアタック45	⓪ VIRTUAL 18:15~18:45 ボディバランス30	⓪ VIRTUAL 18:00~18:45 ボディバランス45	⓪ VIRTUAL 18:45~19:45 ボディバランス		
19:00		⓪ VIRTUAL 18:30~19:30 ボディバランス	⓪ VIRTUAL 19:00~19:30 ボディパンプ30	⓪ VIRTUAL 19:00~19:45 ダンス45	⓪ VIRTUAL 20:00~20:45 ボディコンバット45		
20:00		⓪ VIRTUAL 19:45~20:45 ボディパンプ	⓪ VIRTUAL 19:45~20:45 ボディコンバット	⓪ VIRTUAL 20:00~20:45 ボディアタック45	⓪ VIRTUAL 21:00~21:30 ボディアタック30		
21:00		⓪ VIRTUAL 21:00~21:45 ボディコンバット45	⓪ VIRTUAL 21:00~21:45 ボディアタック45	⓪ VIRTUAL 21:00~21:45 ボディコンバット45			
22:00							