

9月 プログラムスケジュール

	月			火			水			木			金			土			日		
	スタジオ	ホットスタジオ	J+	スタジオ	ホットスタジオ	J+	スタジオ	ホットスタジオ	J+	スタジオ	ホットスタジオ	J+	スタジオ	ホットスタジオ	J+	スタジオ	ホットスタジオ	J+	スタジオ	ホットスタジオ	J+
8:00																					
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																					

1週目 : tone
 2週目 : BODYBALANCE
 3週目 : BODYATTACK
 4週目 : BODYPUMP

- ・レッスン開始60分前よりフロントにて番号札を配布致しますので、番号札をお取りのうえお待ちください。
- ・レッスン開始時間が近づきましたら、担当インストラクターがお声がけ致しますので、番号順にスタジオにお入りください。
 (HOTレッスン・バイクレッスンに関しましては、発券機での発券をお願い致します。)