

2017～2018年末年始 スケジュール

	12月28日	12月29日	12月30日	12月31日	1月1日	1月2日	1月3日	1月4日	1月5日		
	木	金	土	日	月	火	水	木	金		
	通常営業	特別営業	特別営業	休館日			特別営業	特別営業	通常営業		
9:30											
9:45											
10:00											
10:15		ViPR HIIT 10:00～11:00	アウトドア ワークアウト	ボディバランス ★ 10:00 ～ 11:00			ViPR HIIT 10:00～11:00	ViPR HIIT 10:00～11:00			
10:30											
10:45		M									
11:00			10:00 ～ 12:30	M							
11:15	通常営業				休館日	定休日	Tabata ストレングス 11:15～11:45	Tabata ストレングス 11:15～11:45	通常営業		
11:30		ViPR HIIT45 11:30～12:15					ViPR HIIT45 12:00～12:45	ViPR HIIT 12:00～13:00			
11:45											
12:00		Tabata プライオ+ 12:15～12:45	M								
12:15											
12:30											
12:45											
13:00											
13:15		ボディパンプ★ 13:15～14:15								ボディバランス★ 13:15～14:15	ViPR HIIT 45 13:15～14:00
13:30				ViPR HIIT 13:45～14:45							Tabata プライオ+ 14:15～14:45
13:45											
14:00											
14:15											
14:30											
14:45											
15:00	ボディコンバット★ 14:45～15:45		ViPR HIIT45 15:00～15:45				ボディパンプ★ 14:45～15:45				
15:15											
15:30											
15:45			Tabata プライオ+ 15:45～16:15								
16:00											
16:15											
16:30							ボディコンバット★ 16:15～17:15				
16:45											
17:00											
17:15											

年末年始のLesmillsプログラムについて

- 年末・年始のLesmillsプログラム（ボディパンプ・ボディコンバット・ボディバランス）は旧会員様（17年7月以前）も無料でご参加いただけます。
- Lesmillsプログラムは全て予約制となっておりますので、**ご予約の上ご参加下さい。**
- **金、水の固定メンバー様はご予約なし**でそのままご参加いただけます。

関内 アンスール

検索

