

2018年 3月 21日 祝日スケジュール

3月21日 (水・祝)	
9:30	
9:45	
10:00	ボディバランス テック
10:15	ボディバランス
10:30	★
10:45	10:15 ~ 11:15
11:00	M
11:15	
11:30	
11:45	ボディパンプ ★
12:00	11:45 ~ 12:45
12:15	
12:30	M
12:45	
13:00	
13:15	ViPR HIIT 45
13:30	13:15 ~ 14:00
13:45	
14:00	Tabata プライオ+
14:15	14:00 ~ 14:30
14:30	
14:45	ViPR HIIT
15:00	14:45 ~ 15:45
15:15	
15:30	
15:45	
16:00	CLOSE

- クラスにご参加の前に、ご自身の種別が対応しているかご確認ください。
- モーニング・月4会員様が他のクラスに参加される場合、別途1500円でご参加いただけます。
- 途中入退場OKです。
- 星印(★)はレスミルズプログラムです。HPよりご予約をお願い致します。

●休館日は、毎週月曜日となります。夏期 年末年始、緊急メンテナンス等により変更あり)

関内 アンスール

検索

