

2019年 10月 祝日スケジュール

	10月14日 (月・祝)	10月22日 (火・祝)
9:30		
9:45		
10:00	ボディコンバット★ 10:00 ~ 11:00 Miyako	ViPR HIIT 45 10:00 ~ 10:45
10:15		
10:30		M
10:45		Tabata プライオ+ 10:45 ~ 11:15
11:00		M
11:15	ボディバランス★ 11:15 ~ 12:15 Miyako	
11:30		
11:45		ボディコンバット★ 11:45 ~ 12:45
12:00		
12:15		
12:30		
12:45		
13:00		
13:15		ViPR HIIT 13:15 ~ 14:15
13:30		
13:45		
14:00		
14:15		Tabata ストレングス 14:15 ~ 15:00
14:30		
14:45		
15:00		

- 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2,000円でご参加いただけます。
- 途中入退場OKです。

関内 アンスール

検索

