

2020年 9月祝日スケジュール

	9月20日	9月21日	9月22日	9月23日	
	日	月	火	水	
	通常営業	特別営業	特別営業	通常営業	
9:30					
9:45					
10:00					
10:15		ボディコンバット★ 10:00 ~ 11:00 Miyako	ViPR HIIT 45 10:00 ~ 10:45		
10:30			M		
10:45		M	Tabata プライオ+		
11:00			10:45 ~ 11:15		
11:15					
11:30		ボディバランス ★ 11:15 ~ 12:15 Miyako	M		
11:45				TRX tunes 11:30 ~ 12:00	
12:00		M	M		
12:15	通常営業		ストレングス 12:15 ~ 13:00	通常営業	
12:30					
12:45					
13:00					
13:15					
13:30					ViPR HIIT 13:15 ~ 14:15
13:45					
14:00					
14:15					
14:30					
14:45					
15:00			ボディコンバット★ 14:45 ~ 15:45		
15:15					
15:30					
15:45					
16:00					

祝日のプログラムについて

■ **lesmills** 曜日固定のメンバー様が他の祝日のプログラムに参加されるには、別途利用料が必要になります。(1日3000円)

■ 火曜日の **lesmills** 曜日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。