

2020年 11月祝日スケジュール

	11月3日	11月23日
	火	月
	特別営業	特別営業
9:30		
9:45		
10:00	VIPR HIIT 45 10:00 ~ 10:45	ボディコンバット★ 10:00 ~ 11:00
10:15		
10:30	M	M Miyako
10:45	Tabata プライオ+ 10:45 ~ 11:15	
11:00		
11:15	M	
11:30	TRX tunes 11:30 ~ 12:00	ボディバランス ★ 11:15 ~ 12:15 Miyako
11:45		
12:00	M	M
12:15	ストレングス 12:15 ~ 13:00	
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	ボディコンバット★ 14:45 ~ 15:45	
15:00		
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。