

## 2021年 年末年始スケジュール

	12月28日	12月29日	
	火	水	
	通常営業	特別営業	
9:30			
9:45			
10:00			
10:15		ボディバランス	
10:30		10:00 ~ 11:00	
10:45		Miyako	
11:00		M	
11:15	通常営業		
11:30			M
11:45			
12:00		ボディパンプ	
12:15		11:45 ~ 12:45	
12:30		M	
12:45			M
13:00			
13:15			
13:30			ViPR HIIT
13:45		13:15 ~ 14:15	
14:00			
14:15		TRX Tunes	
14:30			
14:45			
15:00			
15:15			
15:30			
15:45	<b>年末年始のLesmills</b> ■年末年始中のLesmillsプログラム (ンス)は旧会員様(17年7月以前)		
16:00			
16:15			
16:30			
16:45			
17:00			

12月30日	12月31日	1月1日	1月2日	1月3日	1月4日
木	金	土	日	月	火
特別営業	休館日	休館日	特別営業	特別営業	特別営業
ViPR HIIT 45 10:00 ~ 10:45				ボディバランス 10:00 ~ 11:00 Miyako	ViPR HIIT 45 10:00 ~ 10:45
Tabata プライオ+ 10:45 ~ 11:15					Tabata プライオ+ 10:45 ~ 11:15
4				ボディコンバット 11:15 ~ 12:15 Miyako	M TRX Tunes 11:30 ~ 12:00
ボディコンバット 11:45 ~ 12:45	休館日	休館日	ボディパンプ 11:45 ~ 12:45 M	TRX Tunes 12:30 ~ 13:00	ViPR HIIT 12:15 ~ 13:15
4					
ViPR HIIT 45 13:15 ~ 14:00			ボディコンバット 13:15 ~ 14:15	ViPR HIIT 45 13:15 ~ 14:00	
Tabata プライオ+ 14:00 ~ 14:30				Tabata プライオ+ 14:00 ~ 14:30	ボディコンバット 13:45 ~ 14:45
TRX Tunes 14:30 ~ 15:00					
			ViPR HIIT 15:00 ~ 16:00		
<b>プログラムについて</b> (ボディパンプ・ボディコンバット・ボディバラ <b>は3000円</b> でご参加いただけます。					

	1月5日
	水
	通常営業
5	
↑+ 5	
00	
5	通常営業
↓ 5	