

2022年 3月 祝日スケジュール

	3月21日
	月
	特別営業
9:30	
9:45	
10:00	ボディバランス★ 10:00 ~ 11:00 Miyako
10:15	
10:30	
10:45	M
11:00	
11:15	ボディコンバット★ 11:15 ~ 12:15 Miyako
11:30	
11:45	
12:00	M
12:15	
12:30	
12:45	ボディパンプ★ 12:45 ~ 13:45
13:00	
13:15	
13:30	
13:45	
14:00	
14:15	ViPR HIIT 45 14:15 ~ 15:00
14:30	
14:45	
15:00	Tabata プライオ+ 15:00 ~ 15:30
15:15	
15:30	
15:45	
16:00	
16:15	
16:30	
16:45	
17:00	
17:15	

Lesmillsプログラムについて

■ Lesmillsプログラム（ボディパンプ・ボディコンバット・ボディバランス）は**旧会員様（17年7月以前）は3000円**でご参加いただけます。

■ lesmills会員様（曜日固定含む）が他のプログラムにご参加されたい場合は、**3000円（1日）**でご参加いただけます。