

2022年 年末年始・1月祝日スケジュール

	12月29日	12月30日	12月31日	1月1日	1月2日	1月3日	1月4日	1月5日	1月9日
	木	金	土	日	月	火	水	木	月
	特別営業	特別営業	休館日	休館日	休館日	特別営業	特別営業	通常営業	特別営業
9:30									
9:45									
10:00	ViPR HIIT 10:00 ~ 11:00	ViPR HIIT 45 10:00 ~ 10:45					ボディバランス★ 10:00 ~ 11:00 Miyako		ボディバランス★ 10:00 ~ 11:00 Miyako
10:15									
10:30		M							M
10:45		Tabata プライオ+ 10:45 ~ 11:15							
11:00	M								
11:15	TRX tunes 11:00 ~ 11:30								
11:30	M	M							
11:45	Tabata プライオ+ 11:30 ~ 12:00								
12:00		ViPR HIIT 11:45 ~ 12:45				ボディコンバット★ 11:45 ~ 12:45	ボディパンプ ★ 11:45 ~ 12:45		ボディコンバット★ 11:15 ~ 12:15 Miyako
12:15									
12:30		M	休館日	休館日	休館日	M	M	通常営業	
12:45									
13:00									ボディパンプ ★ 12:45 ~ 13:45
13:15	ViPR HIIT 45 13:15 ~ 14:00	ボディパンプ ★ 13:15 ~ 14:15							
13:30						ViPR HIIT 13:15 ~ 14:15	ViPR HIIT 45 13:15 ~ 14:00		
13:45									
14:00	Tabata プライオ+ 14:00 ~ 14:30						Tabata プライオ+ 14:00 ~ 14:30		
14:15									
14:30	TRX tunes 14:30 ~ 15:00					TRX tunes 14:15 ~ 14:45	TRX tunes 14:30 ~ 15:00		ViPR HIIT 14:15 ~ 15:15
14:45		ボディコンバット★ 14:45 ~ 15:45							
15:00									
15:15									
15:30									
15:45									
16:00									
16:15									
16:30									
16:45									
17:00									
17:15									

年末・年始スケジュールのLesmillsプログラムについて

- 年末年始の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。
- 金曜・火曜・水曜の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。