

2月3月祝日スケジュール

	2月23日	3月21日	
	木	火	
	特別営業	特別営業	
9:30			
9:45			
10:00	ViPR HIIT 10:00 ~ 11:00	ViPR HIIT 45 10:00 ~ 10:45	
10:15			
10:30		M	
10:45	M	Tabata プライオ+	
11:00	TRX tunes 11:00 ~ 11:30	10:45 ~ 11:15	
11:15	M	M	
11:30	Tabata プライオ+		
11:45	M	ボディコンバット★ 11:45 ~ 12:45	
12:00			
12:15			
12:30		M	
12:45			
13:00			
13:15	ViPR HIIT 45 13:15 ~ 14:00	ViPR HIIT 13:15 ~ 14:15	
13:30			
13:45	Tabata プライオ+		
14:00	14:00 ~ 14:30	TRX tunes 14:15 ~ 14:45	
14:15	TRX tunes 14:30 ~ 15:00		
14:30			
14:45			
15:00			
15:15			
15:30	祝日スケジュールのLesmillsプログラムについて		
15:45	■ 祝日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)		
16:00	は旧会員様 (17年7月以前) は3000円でご参加いただけます。		
16:15	■ 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。		
16:30			
16:45			
17:00			