

祝日レッスン プログラム

8月11日
(火・祝)

翌日
8月12日(水)
休館日

スタジオ	プール
10:00-10:45 ボディバランス45	
LES MILLS 11:00-12:00 ボディパンプ	
LES MILLS 12:15-13:00 ボディコンバット45	
LES MILLS 13:15-14:15 ボディアタック 山本 翔	
LES MILLS 14:30-15:30 ボディバランス 吉川 衣梨香	
LES MILLS 15:45-16:30 レズミルズダンス45	
LES MILLS 16:45-17:45 ボディコンバット	
LES MILLS 18:00-18:45 ボディパンプ45	
LES MILLS 19:00-19:45 ボディアタック45	
LES MILLS 20:00-20:45 ボディバランス45	