

STUDIO TIME SCHEDULE 9月

	月曜日 MON	火曜日 TUE	水曜日 WED	木曜日 THU	金曜日 FRI	土曜日 SAT
10:30	10:30-11:15 LES MILLS BODYBALANCE 竹内 ★★★★☆ 45	10:30-11:15 YOGA 野田 ★★★★☆ 45	10:30-11:20 暗闇 BOXING 神澤 ★★★★☆ 50		10:30-11:00 LES MILLS sprint ★★★★☆ 30	10:30-11:00 LES MILLS sprint ★★★★☆ 30
11:30	11:45-12:15 暗闇 BOXING 竹内 ★★★★☆ 30	11:45-12:30 UBOUND RADICAL FITNESS 竹内 ★★★★☆ 45	11:50-12:20 STRONG NATION 神澤 ★★★★☆ 30		11:30-12:15 LES MILLS BODYBALANCE 竹内 ★★★★☆ 45	11:30-12:00 UBOUND RADICAL FITNESS 近藤 ★★★★☆ 30
12:30	12:45-13:15 LES MILLS sprint ★★★★☆ 30	13:00-13:30 暗闇BOXING BASIC 竹内 ★★★★☆ 30	12:50-13:20 LES MILLS sprint ★★★★☆ 30		12:45-13:15 暗闇BOXING BASIC 竹内 ★★★★☆ 30	12:30-13:20 BOXING 疋田 ★★★★★ 50
13:30	13:45-14:30 LES MILLS BODYPUMP 金子 ★★★★☆ 45	14:00-14:45 LES MILLS THE TRIP ★★★★☆ 45	13:50-14:20 BOXING 疋田 ★★★★☆ 30		13:45-14:30 LES MILLS BODYPUMP 清水 ★★★★☆ 45	13:50-14:20 暗闇 BOXING 金子 ★★★★☆ 30
14:30	15:00-15:30 UBOUND RADICAL FITNESS 近藤 ★★★★☆ 30	15:15-16:05 暗闇 BOXING 疋田 ★★★★☆ 50	14:50-15:20 暗闇 BOXING 金子 ★★★★☆ 30		15:00-15:45 ピラティス 清水 ★★★★☆ 45	14:50-15:35 LES MILLS BODYPUMP 金子 ★★★★☆ 45
15:30	16:00-16:45 LES MILLS THE TRIP ★★★★☆ 45	16:35-17:20 LES MILLS THE TRIP ★★★★☆ 45	15:50-16:40 LES MILLS RPM ★★★★☆ 50		16:15-17:00 LES MILLS THE TRIP ★★★★☆ 45	16:05-16:35 暗闇BOXING BASIC 疋田 ★★★★☆ 30
16:30	17:20-18:10 LES MILLS RPM ★★★★☆ 50	18:00-18:30 UBOUND RADICAL FITNESS 近藤 ★★★★☆ 30	17:10-17:55 LES MILLS THE TRIP ★★★★☆ 45		17:30-18:00 LES MILLS sprint ★★★★☆ 30	17:00-17:45 LES MILLS THE TRIP ★★★★☆ 45
17:30	18:40-19:30 暗闇 BOXING 金子 ★★★★☆ 50	19:00-19:30 BOXING 疋田 ★★★★☆ 30	18:25-19:15 BOXING 疋田 ★★★★★ 50		18:30-19:20 暗闇 BOXING 疋田 ★★★★☆ 50	18:00-18:30 LES MILLS sprint ★★★★☆ 30
18:30	20:00-20:45 STRONG NATION 神澤 ★★★★☆ 45	20:00-20:50 暗闇 BOXING 神澤 ★★★★☆ 50	19:45-20:35 暗闇 BOXING 金子 ★★★★☆ 50		19:50-20:35 LES MILLS BODYPUMP 金子 ★★★★☆ 45	20:00-20:30 暗闇BOXING BASIC 竹内 ★★★★☆ 30
19:30	21:05-21:35 暗闇 BOXING 神澤 ★★★★☆ 30	21:10-21:40 STRONG NATION 神澤 ★★★★☆ 30	21:05-21:35 LES MILLS sprint ★★★★☆ 30		21:05-21:35 暗闇 BOXING 金子 ★★★★☆ 30	21:00-21:30 LES MILLS sprint ★★★★☆ 30
20:30						
21:30						

CLOSE

日曜・祝日 STUDIO TIME SCHEDULE 9月

	3日 SUN	10日 SUN	17日 SUN	18日 MON	23日 SAT	24日 SUN
10:30	10:30-11:15 YOGA 野田 ★★★★☆ 45	10:30-11:00 LES MILLS sprint 野田 ★★★★☆ 30	10:30-11:00 暗闇BOXING BASIC 疋田 ★★★★☆ 30	10:30-11:15 YOGA 野田 ★★★★☆ 45	10:30-11:15 YOGA 野田 ★★★★☆ 45	10:30-11:15 LES MILLS THE TRIP 野田 ★★★★☆ 45
11:30						
12:30	11:45-12:35 BOXING 疋田 ★★★★☆ 50	11:30-12:15 YOGA 野田 ★★★★☆ 45	11:30-12:15 LES MILLS THE TRIP 野田 ★★★★☆ 45	11:45-12:35 BOXING 疋田 ★★★★☆ 50	11:45-12:15 暗闇BOXING BASIC 疋田 ★★★★☆ 30	11:45-12:35 BOXING 疋田 ★★★★☆ 50
13:30	13:05-13:55 暗闇 BOXING 金子 ★★★★☆ 50	12:45-13:35 BOXING 疋田 ★★★★☆ 50	12:45-13:30 LES MILLS BODYPUMP 金子 ★★★★☆ 45	13:05-13:55 暗闇 BOXING 金子 ★★★★☆ 50	12:45-13:30 LES MILLS BODYPUMP 金子 ★★★★☆ 45	13:05-13:55 暗闇 BOXING 金子 ★★★★☆ 50
14:30	14:25-15:10 LES MILLS THE TRIP 野田 ★★★★☆ 45	14:05-14:50 LES MILLS BODYPUMP 金子 ★★★★☆ 45	14:00-14:50 BOXING 疋田 ★★★★☆ 50	14:25-14:55 LES MILLS sprint 野田 ★★★★☆ 30	14:00-14:45 LES MILLS THE TRIP 野田 ★★★★☆ 45	14:25-15:10 LES MILLS THE TRIP 野田 ★★★★☆ 45
15:30	15:40-16:10 暗闇BOXING BASIC 疋田 ★★★★☆ 30	15:20-16:05 LES MILLS THE TRIP 野田 ★★★★☆ 45	15:20-16:10 LES MILLS RPM 野田 ★★★★☆ 50	15:25-15:55 BOXING 疋田 ★★★★☆ 30	15:15-15:45 LES MILLS sprint 野田 ★★★★☆ 30	15:40-16:10 BOXING 疋田 ★★★★☆ 30
16:30	16:40-17:25 LES MILLS BODYPUMP 金子 ★★★★☆ 45	16:35-17:05 BOXING 疋田 ★★★★☆ 30	16:40-17:30 暗闇 BOXING 金子 ★★★★☆ 50	16:25-17:10 LES MILLS BODYPUMP 金子 ★★★★☆ 45	16:15-17:05 BOXING 疋田 ★★★★☆ 50	16:40-17:25 LES MILLS BODYPUMP 金子 ★★★★☆ 45
17:30						
18:30	17:55-18:25 LES MILLS sprint 野田 ★★★★☆ 30	17:35-18:25 暗闇 BOXING 金子 ★★★★☆ 50	18:00-18:30 LES MILLS sprint 野田 ★★★★☆ 30	17:40-18:30 LES MILLS RPM 野田 ★★★★☆ 50	17:35-18:25 暗闇 BOXING 金子 ★★★★☆ 50	17:55-18:25 LES MILLS sprint 野田 ★★★★☆ 30

レッスン変更・担当者変更

- 9/1(金) 11:30~12:15 BODY BALANCE45(竹内) → YOGA45(野田)
12:45~13:15 暗闇BOXING BASIC30(竹内) → Sprint
- 9/16(土) 12:30~13:20 BOXING50(疋田) → 12:30~13:15 YOGA45(野田)
16:05~16:35 暗闇BOXING BASIC30(疋田) → Sprint
- 9/25(月) 10:30~11:15 BODY BALANCE45(竹内) → 10:30~11:00 Sprint
11:45~12:15 暗闇BOXING30(竹内) → 11:30~12:15 YOGA(野田)