

STUDIO TIME SCHEDULE 10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	CLOSE	10:30-11:00 LES MILLS sprint ★★★★☆ 30	10:30-11:20 LES MILLS RPM ★★★★☆ 50
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 HATTISON 神澤 ★★★★☆ 30		11:30-12:15 LES MILLS BODYBALANCE 竹内 ★★★★☆ 45	11:50-12:40 BOXING 疋田 ★★★★☆ 50
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	13:10-13:40 LES MILLS sprint ★★★★☆ 30
13:30	13:45-14:15 UBOUND RADICAL FITNESS 近藤 ★★★★☆ 30	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	14:10-14:40 暗闇 BOXING 金子 ★★★★☆ 30
14:30	14:45-15:30 LES MILLS BODYPUMP 金子 ★★★★☆ 45	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	15:00-15:45 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	16:15-16:45 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	17:45-18:30 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	19:00-19:30 UBOUND RADICAL FITNESS 竹内 ★★★★☆ 30
18:30	20:00-20:45 STRONG 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 HATTISON 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						

日曜・祝日 STUDIO TIME SCHEDULE 10月

	1日 SUN	8日 SUN	9日 MON	15日 SUN	22日 SUN	29日 SUN
10:30	10:30-11:00 STRONG ★★★★☆ 神澤 30	10:30-11:15 LES MILLS THE TRIP ★★★★☆ 正田 45	10:30-11:00 BOXING ★★★★☆ 正田 30	10:30-11:15 LES MILLS THE TRIP ★★★★☆ 正田 45	10:30-11:15 YOGA ★★★★☆ 野田 45	10:30-11:15 LES MILLS THE TRIP ★★★★☆ 正田 45
11:30						
12:30	11:30-12:20 暗闇 BOXING ★★★★☆ 神澤 50	11:45-12:15 暗闇 BOXING BASIC ★★★★☆ 正田 30	11:30-12:15 LES MILLS THE TRIP ★★★★☆ 正田 45	11:45-12:35 BOXING ★★★★★ 正田 50	11:45-12:15 LES MILLS sprint ★★★★☆ 野田 30	11:45-12:35 BOXING ★★★★★ 正田 50
13:30	12:50-13:35 YOGA ★★★★☆ 野田 45	12:45-13:30 LES MILLS THE TRIP ★★★★☆ 正田 45	12:45-13:35 BOXING ★★★★★ 正田 50	13:05-13:35 LES MILLS sprint ★★★★☆ 野田 30	12:45-13:15 BOXING ★★★★☆ 正田 30	13:05-13:35 LES MILLS sprint ★★★★☆ 野田 30
14:30	14:05-14:50 LES MILLS THE TRIP ★★★★☆ 正田 45	14:00-14:45 LES MILLS BODY PUMP ★★★★☆ 金子 45	14:05-14:55 LES MILLS RPM ★★★★☆ 金子 50	14:05-14:55 暗闇 BOXING ★★★★☆ 金子 50	13:45-14:35 暗闇 BOXING ★★★★☆ 金子 50	14:05-14:50 LES MILLS BODY PUMP ★★★★☆ 金子 45
15:30	15:20-15:50 暗闇 BOXING BASIC ★★★★☆ 正田 30	15:15-16:05 BOXING ★★★★★ 正田 50	15:25-16:10 LES MILLS BODY PUMP ★★★★☆ 金子 45	15:25-16:10 YOGA ★★★★☆ 野田 45	15:05-15:55 BOXING ★★★★★ 正田 50	15:20-15:50 BOXING ★★★★☆ 正田 30
16:30	16:20-17:10 BOXING ★★★★★ 正田 50	16:35-17:05 LES MILLS sprint ★★★★☆ 野田 30	16:40-17:10 暗闇 BOXING ★★★★☆ 金子 30	16:40-17:10 暗闇 BOXING BASIC ★★★★☆ 正田 30	16:25-17:15 LES MILLS RPM ★★★★☆ 野田 50	16:20-17:05 LES MILLS THE TRIP ★★★★☆ 正田 45
17:30						
18:30	17:40-18:30 LES MILLS RPM ★★★★☆ 野田 50	17:35-18:25 暗闇 BOXING ★★★★☆ 金子 50	17:40-18:25 LES MILLS THE TRIP ★★★★☆ 正田 45	17:40-18:25 LES MILLS BODY PUMP ★★★★☆ 金子 45	17:45-18:30 LES MILLS BODY PUMP ★★★★☆ 金子 45	17:35-18:25 暗闇 BOXING ★★★★☆ 金子 50

レッスン変更・担当者変更

- 10/3(火) 10:30~11:15 YOGA45(野田) → BODY BALANCE45(竹内)
- 10/6(金) 19:50~20:35 BODY PUMP45(金子) → 19:50~20:20 BOXING30(正田)
- 21:05~21:35 暗闇BOXING30(金子) → 20:50~21:35 THE TRIP
- 10/13(金) 13:45~14:30 BODY PUMP45(清水) → THE TRIP
- 15:00~15:45 ピラティス(清水) → 15:00~15:30 BOXING30(正田)
- 10/14(土) 14:10~14:40 暗闇BOXING30(金子) → 14:10~14:55 THE TRIP
- 14:40~15:35 BODY PUMP45(金子) → 15:15~15:45 BOXING30(正田)
- 10/16(月) 13:45~14:15 UBOUND(近藤) → Sprint
- 10/20(金) 13:45~14:30 BODY PUMP45(清水) → THE TRIP
- 15:00~15:45 ピラティス(清水) → 15:00~15:30 BOXING30(正田)