

# IXGYM STUDIO BATTLE木曳野

# STUDIO TIME SCHEDULE 2月

	月曜日 MON	火曜日 TUE	水曜日 WED	木曜日 THU	金曜日 FRI	土曜日 FRI
10:30	10:30-11:15 <b>LES MILLS BODYBALANCE</b> 45 難易度 強度 竹内 ★★★★★ ★★★★★	10:30-11:15 <b>YOGA</b> 45 難易度 強度 野田 ★★★★★ ★★★★★	10:30-11:20 <b>暗闘 BOXING</b> 50 難易度 強度 神澤 ★★★★★ ★★★★★	C L O S E	10:30-11:00 <b>UBOUND 30</b> RADICAL FITNESS 難易度 強度 竹内 ★★★★★ ★★★★★	10:30-11:15 <b>LES MILLS RPM</b> 45 難易度 強度 馬場 ★★★★★ ★★★★★
11:30	11:35-12:20 <b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> 45 難易度 強度 竹内 ★★★★★ ★★★★★	11:35-12:05 <b>UBOUND 30</b> RADICAL FITNESS 難易度 強度 竹内 ★★★★★ ★★★★★	11:40-12:10 <b>STRONG 30</b> N A I G O N 難易度 強度 神澤 ★★★★★ ★★★★★		11:25-12:10 <b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> 45 難易度 強度 竹内 ★★★★★ ★★★★★	11:35-12:20 <b>ヨガフェイス</b> 45 難易度 強度 馬場 ★★★★★ ★★★★★
12:30	12:40-13:25 <b>ダイエット YOGA</b> 45 難易度 強度 馬場 ★★★★★ ★★★★★	12:30-13:15 <b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> 45 難易度 強度 竹内 ★★★★★ ★★★★★	12:30-13:15 <b>YOGA</b> 45 難易度 強度 野田 ★★★★★ ★★★★★		12:30-13:00 <b>LES MILLS RPM</b> 30 VIRTUAL	12:40-13:10 <b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> 30 VIRTUAL
13:30	13:45-14:15 <b>UBOUND 30</b> RADICAL FITNESS 難易度 強度 近藤 ★★★★★ ★★★★★	13:35-14:05 <b>BOXING</b> 30 難易度 強度 疋田 ★★★★★ ★★★★★	13:35-14:20 <b>LES MILLS THE TRIP</b> 45 難易度 強度 金子 ★★★★★ ★★★★★		13:20-14:05 <b>LES MILLS BODYPUMP</b> 45 難易度 強度 清水 ★★★★★ ★★★★★	13:30-14:20 <b>BOXING</b> 50 難易度 強度 疋田 ★★★★★ ★★★★★
14:30	14:35-15:25 <b>LES MILLS RPM</b> 50 VIRTUAL	14:25-15:25 <b>LES MILLS BODYPUMP</b> 60 VIRTUAL	14:45-15:30 <b>LES MILLS BODYBALANCE</b> 45 VIRTUAL		14:30-15:15 <b>ピラティス</b> 45 難易度 強度 清水 ★★★★★ ★★★★★	14:40-15:10 <b>LES MILLS RPM</b> 30 難易度 強度 金子 ★★★★★ ★★★★★
15:30	15:40-16:25 <b>LES MILLS BODYBALANCE</b> 45 VIRTUAL	15:40-16:40 <b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> 60 VIRTUAL	15:45-16:15 <b>LES MILLS RPM</b> 30 VIRTUAL		15:35-16:25 <b>暗闘 BOXING</b> 50 難易度 強度 疋田 ★★★★★ ★★★★★	15:30-16:15 <b>LES MILLS BODYPUMP</b> 45 難易度 強度 金子 ★★★★★ ★★★★★
16:30	16:40-17:40 <b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> 60 VIRTUAL	16:55-17:40 <b>LES MILLS THE TRIP</b> 45 VIRTUAL	16:30-17:15 <b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> 45 VIRTUAL		16:45-17:15 <b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> 30 VIRTUAL	16:40-17:10 <b>暗闘 BASIC BOXING</b> 30 難易度 強度 疋田 ★★★★★ ★★★★★
17:30	18:00-18:30 <b>LES MILLS RPM</b> 30 難易度 強度 金子 ★★★★★ ★★★★★	18:00-18:30 <b>UBOUND 30</b> RADICAL FITNESS 難易度 強度 近藤 ★★★★★ ★★★★★	17:30-18:15 <b>LES MILLS BODYPUMP</b> 45 VIRTUAL		17:30-18:15 <b>LES MILLS BODYBALANCE</b> 45 VIRTUAL	17:30-18:15 <b>LES MILLS THE TRIP</b> 45 VIRTUAL
18:30	18:50-19:35 <b>LES MILLS BODYPUMP</b> 45 難易度 強度 金子 ★★★★★ ★★★★★	18:55-19:45 <b>BOXING</b> 50 難易度 強度 疋田 ★★★★★ ★★★★★	18:35-19:25 <b>暗闘 BOXING</b> 50 難易度 強度 疋田 ★★★★★ ★★★★★		18:30-19:15 <b>LES MILLS THE TRIP</b> 45 難易度 強度 馬場 ★★★★★ ★★★★★	18:30-19:30 <b>LES MILLS BODYBALANCE</b> 60 VIRTUAL
19:30	20:00-20:50 <b>暗闘 BOXING</b> 50 難易度 強度 神澤 ★★★★★ ★★★★★	20:05-20:35 <b>STRONG 30</b> N A I G O N 難易度 強度 神澤 ★★★★★ ★★★★★	19:45-20:15 <b>BOXING</b> 30 難易度 強度 疋田 ★★★★★ ★★★★★		19:35-20:20 <b>LES MILLS BODYPUMP</b> 45 難易度 強度 金子 ★★★★★ ★★★★★	19:45-20:15 <b>UBOUND 30</b> RADICAL FITNESS 難易度 強度 竹内 ★★★★★ ★★★★★
20:30	21:10-21:40 <b>STRONG 30</b> N A I G O N 難易度 強度 神澤 ★★★★★ ★★★★★	20:55-21:25 <b>暗闘 BOXING</b> 30 難易度 強度 神澤 ★★★★★ ★★★★★	20:35-21:35 <b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> 60 VIRTUAL		20:45-21:30 <b>LES MILLS RPM</b> 45 難易度 強度 金子 ★★★★★ ★★★★★	20:40-21:25 <b>LES MILLS BODYCOMBAT</b> 45 難易度 強度 竹内 ★★★★★ ★★★★★
21:30						

# IXGYM STUDIO BATTLE木曳野

## 日・祝日 STUDIO TIME SCHEDULE 2月

	4日(日) SUN	11日(日) SUN	12日(日) SUN	18日(日) SUN	23日(金) FRI	25日(日) SUN
10:30	10:30-11:00 LES MILLS 30 BODYCOMBAT VIRTUAL	10:30-11:00 UBOUND 30 RADICAL FITNESS 近藤	10:30-11:00 UBOUND 30 RADICAL FITNESS 近藤	10:30-11:15 ヒラテイス 45 清水	10:30-11:15 YOGA 45 野田	10:30-11:00 暗闇BASIC 30 BOXING 足田
11:30	11:20-12:05 YOGA 45 野田	12:25-12:10 LES MILLS 45 THE TRIP 金子	11:25-11:35 暗闇BASIC 30 BOXING 足田	11:35-12:20 LES MILLS 45 RPM 金子	11:35-12:20 THE TRIP 45 VIRTUAL	11:20-11:50 LES MILLS 30 RPM VIRTUAL
12:30	12:30-13:00 BOXING 30 足田	12:30-13:20 暗闇 BOXING 50 神澤	12:15-13:00 LES MILLS 45 THE TRIP 金子	12:40-13:10 暗闇BASIC 30 BOXING 足田	12:40-13:10 BOXING 30 足田	12:10-12:55 YOGA 45 野田
13:30	13:20-14:05 LES MILLS 45 BODYPUMP 金子	13:40-14:10 STRONG 30 神澤	13:20-14:05 YOGA 45 野田	13:30-14:15 LES MILLS 45 BODYBALANCE VIRTUAL	13:30-14:15 LES MILLS 45 BODYPUMP 金子	13:20-14:05 ジョイントレック 45 LES MILLS RPM 金子・馬場
14:30	14:30-15:15 LES MILLS 45 BODYBALANCE VIRTUAL	14:30-15:30 LES MILLS 60 BODYCOMBAT VIRTUAL	14:25-15:25 LES MILLS 60 BODYCOMBAT VIRTUAL	14:30-15:15 テクニッククラス 45 LES MILLS RPM 金子	14:40-15:25 LES MILLS 45 BODYBALANCE VIRTUAL	14:25-15:10 テクニッククラス 45 LES MILLS BODYPUMP 金子
15:30	15:30-16:15 LES MILLS 45 BODYCOMBAT VIRTUAL	15:50-16:35 YOGA 45 野田	15:45-16:35 BOXING 50 足田	15:35-16:20 YOGA 45 野田	15:45-16:35 BOXING 50 足田	15:30-16:15 LES MILLS 45 BODYBALANCE VIRTUAL
16:30	16:35-17:25 BOXING 50 足田	16:55-17:40 LES MILLS 45 BODYPUMP 金子	16:55-17:25 LES MILLS 30 RPM 金子	16:40-17:30 BOXING 50 足田	16:55-17:40 LES MILLS 45 THE TRIP 金子	16:35-17:25 BOXING 50 足田
17:30	17:45-18:30 LES MILLS 45 THE TRIP 金子	18:05-18:35 LES MILLS 30 RPM 金子	17:45-18:30 LES MILLS 45 BODYPUMP 金子	17:50-18:35 LES MILLS 45 BODYPUMP 金子	18:00-18:30 LES MILLS 30 BODYCOMBAT VIRTUAL	17:45-18:30 LES MILLS 45 BODYCOMBAT VIRTUAL

### レッスン変更・担当者変更

- 2/5(月) 12:40~13:25 ダイエットヨガ45(馬場)  
→ **BODY PUMP45(VIRTUAL)**
- 2/17(土) 19:45~20:15 UBOUND30(竹内)  
→ **19:45~20:35 暗闇BOXING50(神澤)**  
20:40~21:25 BODY COMBAT45(竹内)  
→ **20:55~21:25 RPM30(金子)**