













12月20日(火)

GYM&VRデー DAY②

特別スケジュール

実施場所					
	メインスタジオ	VR/FTAスタジオ	カウンセリングルーム		
	受付開始 11:00				
11:00	終日ストレッチエリア	11:00~11:45  LES MILLS BODY PUMP	体組成計 測定 随時 受付中… 気軽にフロントスタッフまで お声かけください♪		
12:00		12:00~12:45  LES MILLS BODY COMBAT			
13:00		13:00~13:30  LES MILLS CORE			
14:00		13:45~14:15  LES MILLS BODY ATTACK			
15:00		14:30~15:00  LES MILLS GRIT CARDIO			
16:00		15:15~15:45  LES MILLS barre			
17:00		16:00~16:30  LES MILLS SH'BAM			
18:00		16:45~17:15  LES MILLS GRIT STRENGTH			
19:00		17:30~18:15  LES MILLS BODY COMBAT			
20:00		18:30~19:00  LES MILLS BODY PUMP			
				19:15~20:00  LES MILLS BODY ATTACK	
		 このマークはヴァーチャルレッスンとなります。			
スタッフタイム 11:00~15:00/17:00~20:00					