


6月20日 (火曜)

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	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 GRIT CARDIO		
15:00		14:30~15:00  LES MILLS SH'BAM		
16:00		15:15~15:45  LES MILLS BODY COMBAT		
17:00		16:00~16:30  LES MILLS BODY ATTACK		
18:00		16:45~17:15  LES MILLS BODY BALANCE		
19:00		17:30~18:15  LES MILLS BODY PUMP		
20:00		18:30~19:00  LES MILLS barre		
				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				