

# 11月20日(月)

## GYM&VRデー DAY①

### 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  <b>LES MILLS BODY PUMP</b>	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  <b>LES MILLS BODY COMBAT</b>			
13:00			13:00~13:45  <b>LES MILLS BODY BALANCE</b>			
14:00			14:15~15:15  <b>LES MILLS BODY ATTACK</b>			
15:00			15:35~16:05  <b>LES MILLS CORE</b>			
16:00			16:25~16:55  <b>LES MILLS BODY PUMP</b>			
17:00			17:15~17:45  <b>LES MILLS BODY COMBAT</b>			
18:00			18:05~18:35  <b>LES MILLS GRIT   CARDIO</b>			
19:00			18:55~19:40  <b>LES MILLS BODY ATTACK</b>			
20:00						
		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						