

# 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>		  このマークのあるレッスンは 有料イベントレッスンの為、 事前予約が必要となります。  ※詳細は別紙掲示を ご確認ください。
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				