



8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 | 11:00~11:30  【MISATO】 | 11:00~11:30  LESMILLS BODYBALANCE | 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 | 11:50~12:35  【YUSUKE】 | 11:50~12:35  LESMILLS CORE | | |
| 13:00 | 12:55~13:40  【YUSUKE】 | 12:55~13:55  LESMILLS BODYATTACK | | |
| 14:00 | 【YUSUKE】 | 14:15~15:15  LESMILLS BODYBALANCE | | |
| 15:00 | | 15:35~16:05  LESMILLS GRIT CARDIO | | |
| 16:00 | | 16:25~16:55  LESMILLS BODYPUMP | | |
| 17:00 | 18:20~18:40 ホットストレッチ | 17:15~17:45  LESMILLS BODYCOMBAT |  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。 | |
| 18:00 | | 18:05~18:50  LESMILLS BODYATTACK | | |
| 19:00 | 19:00~19:45  【MISATO】 | 19:05~19:50  LESMILLS CORE | | |
| 20:00 | 【MISATO】 | | | |
|   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 | | | | |