2025.1 Schedule

月

BODYATTACKの週のみ会費会員限定クラスとなります。参加料金2,200円

火

LesMILLS BODYATTACK / LesMILLS BODYCOMBAT	19:30～20:30（60分）	伊藤 慎／半谷 春城
LesMILLS BODYJAM	20:45～21:45（60分）	織田 しほり
LesMILLS GRIT	22:00～22:30（30分）	半谷 春城

水

水曜わくわく枠	11:00～11:45（45分・30分）	2ページ目参照
LesMILLS BODYJAM	12:00～13:00（60分）	C H I E
LesMILLS BODYPUMP	19:15～20:15（60分）	井比 賢史
LesMILLS BODYATTACK	20:30～21:30（60分）	半谷 春城
LesMILLS BODYSTEP	21:45～22:45（60分）	織田 しほり

木

木曜わくわく枠①	12:15～12:45（30分）	2ページ目参照
木曜わくわく枠②	13:00～13:30（30分）	2ページ目参照
LesMILLS CORE	19:15～19:45（30分）	半谷 春城
LesMILLS GRIT	20:00～20:30（30分）	半谷 春城
LesMILLS DANCE	20:45～21:30（45分）	織田 しほり
LesMILLS BODYATTACK	21:45～22:45（60分）	永田 浩也

金

LesMILLS BODYJAM	12:00～13:00（60分）	織田 しほり
LesMILLS Shapes	19:15～20:00（45分）	伊藤 優綺
LesMILLS BODYCOMBAT	20:15～21:15（60分）	伊藤 優綺
LesMILLS BODYJAM	21:30～22:30（60分）	KAZUYA／I CCHY

土

LesMILLS BODYSTEP	11:30～12:30（60分）	早川 尚希
LesMILLS BODYBALANCE	12:45～13:45（60分）	早川 尚希
LesMILLS GRIT	14:00～14:30（30分）	新藏 真夕
LesMILLS BODYJAM	14:45～15:45（60分）	M I NA
LesMILLS BODYPUMP / LesMILLS BODYCOMBAT	16:00～17:00（60分）	織田 しほり／吉田 奈々
LesMILLS BODYCOMBAT	19:15～20:15（60分）	新美 有基
LesMILLS BODYJAM / LesMILLS DANCE	20:30～21:30（60分/45分）	I CCHY／M I NA

土曜日のGRITは週替わりです。

4日(土)	LesMILLS GRIT STRENGTH
11日(土)	LesMILLS GRIT ATHLETIC
18日(土)	LesMILLS GRIT CARDIO
25日(土)	LesMILLS GRIT STRENGTH

日

LesMILLS CORE	11:45～12:15（30分）	半谷 春城
LesMILLS BODYSTEP	12:30～13:30（60分）	織田 しほり
LesMILLS BODYJAM	13:45～14:45（60分）	MOR I
LesMILLS BODYPUMP	15:00～16:00（60分）	加藤 洋平
LesMILLS BODYCOMBAT	16:15～17:15（60分）	加藤 洋平

※GRITは、曜日・時間短縮に関係なく朝活・夜活・全活プランの方は1,100円（税込）でご参加いただけます。
都度プランの方は2,750円（税込）で参加いただけます。UNDER30の方は追加料金なしでご参加いただけます。
※キャンセルされる場合は前日23時までにキャンセルの手続きをお願いいたします。時間を過ぎてからのキャンセルは、
次回ご来店時にキャンセル料金として100%をお支払いいただきます。

1月週替わりカレンダー

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1 特別スケジュール	2 特別スケジュール	3 休館日	4 LesMills BODYPUMP 16:00-17:00 織田 しほり LesMills DANCE 20:30-21:15 MINA
5	6	7 LesMills BODYCOMBAT 19:30-20:30 半谷 春城・川本 友子	8 LesMills Shapes 11:00-11:45 CHIE	9 TRX トレーニング 12:15-12:45 半谷 春城 LesMills BODYSTEP 13:00-13:30 織田 しほり	10 LesMills BODYJAM 21:30-22:30 KAZUYA	11 LesMills BODYCOMBAT 16:00-17:00 吉田 奈々 LesMills BODYJAM 20:30-21:30 ICCHY
12	13 特別スケジュール	14 LesMills BODYCOMBAT 19:30-20:30 半谷 春城	15 LesMills CORE 11:15-11:45 CHIE	16 LesMills BODYPUMP 12:15-12:45 織田 しほり 春城ストレッチ 13:00-13:30 半谷 春城	17 LesMills BODYJAM 21:30-22:30 ICCHY	18 LesMills BODYPUMP 16:00-17:00 織田 しほり LesMills DANCE 20:30-21:15 MINA
19	20	21 LesMills BODYCOMBAT 19:30-20:30 半谷 春城	22 Strength Development LesMills 11:00-11:45 半谷 春城	23 TRX トレーニング 12:15-12:45 半谷 春城 LesMills BODYSTEP 13:00-13:30 織田 しほり	24 LesMills BODYJAM 21:30-22:30 KAZUYA	25 LesMills BODYCOMBAT 16:00-17:00 吉田 奈々 LesMills BODYJAM 20:30-21:30 ICCHY
26	27	28 LesMills BODYATTACK 19:30-20:30 伊藤 慎	29 LesMills CORE 11:15-11:45 CHIE	30 LesMills BODYPUMP 12:15-12:45 織田 しほり 春城ストレッチ 13:00-13:30 半谷 春城	31 LesMills BODYJAM 21:30-22:30 ICCHY	